

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بارِهَا شَلِيمُو

يشفي نفسي

تأليف
باربرا شليمون

ترجمة
مشير سمير

مكتبة المنار

طبعة أولى فبراير ١٩٩٨

Healing the Hidden Self

Author: Barbara Leahy Shlemon

Original Publisher: Ave Maria Press,

Notre Dame, Indiana 46556

"يشفي نفسي"

تأليف: باربرا شليمون

ترجمة: مشير سمير

Publisher of the Arabic Edition:

Lighthouse Book Center

17, Murad El Sherei Str. Saint Fatima

Heliopolis - Egypt

Tel.: 202/2495030

Fax: 202/3536377

All rights reserved

ISBN: 977-5674-11-5

الناشر للنسخة العربية:

مكتبة المنار

١٧ ش مراد الشريعي - سانت فاتيما

مصر الجديدة - ج.م.ع

تليفون: ٠٢/٢٤٩٥٠٣٠

فاكس: ٠٢/٣٥٣٦٣٧٧

جميع الحقوق محفوظة للناشر

رقم الإيداع بدار الكتب: ١٩٩٨ / ٣٣٤٥

المحتوى

الموضوع	صفحة
مقدمة	١
١- الإعداد	٢١
٢- مرحلة ما قبل الولادة	٣١
٣- الولادة	٥١
٤- الطفولة المبكرة (المهد)	٧٣
٥- الطفولة	٩٩
٦- المراهقة	١٢٩
٧- النضوج	١٥٥
خاتمة	١٧٥
ملحق	١٧٩

مقدمة المعرب

لقد كانت أمنية عميقة لدىّ حين قرأت هذا الكتاب للمرة الأولى منذ سنوات عديدة أن أراه مترجماً ومتاحاً للقارئ العربى. بل وأن أرى خدمة مسيحية مثل هذه فى بلادنا ... وكان هذا شيئاً كبيراً.

والآن أستطيع ليس فقط عزيزى القارئ أن أقدم لك هذا الكتاب، ولكن أن أقدمه لك فى ظل خدمات برنامج المشورة والشفاء الداخلى التى أتاحت لنا مثل هذه النوعية من الخدمة الشخصية والعميقة لنفوسنا والتى طالما إحتجنا إليها لكى نحضر كل إنسان كاملاً فى المسيح يسوع (كولوس ١: ٢٨) .

إنى أنصح كل إنسان أن يقرأ هذا الكتاب بتمهل وعناية، وأن يترك الفرصة للروح القدس أن يعمل فى داخله كما يرشده هو من خلال هذا الكتاب.

مقدمة

لقد حاز موضوع الشفاء الداخلي فى السنوات القليلة الماضية على إهتمام بالغ ومتزايد ، فعشرات الكتب والعظات التى دارت حول هذا الموضوع قد أسهمت فى تنمية إدراكنا لإحتياجنا الهائل الى أن نختبر مثل هذا النوع العميق من الصلاة. والكثيرون منا قد صاروا الآن يدركون كيف أن الذكريات المريضة لجراحنا النفسية يمكن أن يكون لها مثل هذا التأثير السلبي على حياتنا ، حيث تبقىنا بعيدين عن النضوج النفسى وعن القداسة التى نبتغيها جميعنا بأمانة وشوق.

كتب القديس بولس صلاة رائعة إالى أهل أفسس ، تلك التى كان يتوسل فيها إالى الله الأب طالبا : "لكي يعطيكم بحسب غنى مجده أن تتأيدوا بالقوة بروحه فى الإنسان الباطن ليحل المسيح بالإيمان فى قلوبكم."

(أف ٣ : ١٦-١٧)

كان أهل أفسس قد قبلوا المسيح مخلصا شخصيا لهم وإعتمدوا بالروح القدس ، لكن القديس بولس كان لا يزال يسأل الآب أن يقوى هذه المنطقة الداخلية في حياة كل شخص منهم حتى يملأ حضور المسيح كل مستوى من مستويات حياتهم. لقد أدرك الجانب الخفي في طبيعتنا ، الجزء غير الواعي من أذهاننا ، ذلك الذي يحتاج إلى أن يطلق حرا إن كنا حقاً نسعى لأن نكون واحدا مع المسيح.

لقد إعتاد علماء النفس طويلا أن يستخدموا تشبيه "جبل الثلج" في وصفهم للذهن البشري. فمثلا يظهر جزء بسيط من جبل الثلج فوق سطح المياه فهكذا أيضا قدر ضئيل من أذهاننا - ربما بمقدار عشرة بالمائة - فقط يظهر بمنطقة الوعي ، وهذا القدر فقط هو الذي يشكل إدراكنا الحاضر.

وهكذا فإنه من المستحيل أن نظل على وعي كامل بكل أوجه حياتنا ، لذلك يقوم اللاوعي "العقل الباطن" والذي يشكل تسعون بالمائة من الذهن ، بدور المخزن الذي يختزن كل الأشياء الأخرى التي تحدث لنا.

يقول علماء النفس أن الذكريات الطيبة يمكن إستدعائها إلى منطقة الوعي بدون مجهود كبير ، بينما تدفع الذاكرة بالأحداث الجارحة إلى أعماق دفينة في محاولة منا لنسيان التجربة مع الآلام المصاحبة لها ، ولكننا للأسف لا نستطيع أن نهرب ولا من واحد من خصائص العقل الباطن، فهو مثل الأفيال لا يستطيع أن ينسى شيئا ، فالجروح غير المشفية تتفتح بداخلنا مما يتطلب قدرا كبيرا من الطاقة النفسية وقوة الإرادة لكبح جماحها. ولكن بين الحين والآخر ، وعندما نتعرض لفترات من الضغوط غير المعتادة فإننا نفقد قدرتنا على كبت كل هذه المشاعر مما يجعلنا "تبالغ في ردود أفعالنا" أو "أن نخرج عن هدوئنا" و "تنفلت منا زمام الأمور" ، فإن مثل هذه المصطلحات السابقة تصف فعليا ما يحدث عندما ينطلق بداخلنا شيء ما يحتوى على قدر كبير من الطاقة الكامنة. وقد أظهر علم النفس كيف أن الجروح غير المشفية تؤدي في كثير من الأحيان إلى سلوك مدمر مثل إيمان الخمر أو المخدرات ومثل الإتهامات الجنسية أو الإفراط في الطعام أو في العمل ، وكل هذا في محاولة لتهدئة الكيان الداخلي أملا منا في الحصول على بعض الراحة من الألم الداخلي.

فإن الناس عادة لا يدركون سبب التوتر الدائم في حياتهم، ولكنهم بطريقة تدريجية يطورون بعض العادات التي من شأنها التعامل مع هذا التوتر الداخلي. وكثير من الأمراض النفسية يمكن أن نرجعها إلى محاولات أجسامنا لحل مثل هذه المشاكل النفسية.

لقد بات واضحاً أنه لا يمكننا أن نتجاهل ذكريات الماضي الجارحة إذا كنا نسعى نحو الامتلاء بمحبة الأب. فمن خلال الصلاة لأجل الشفاء الداخلي، فإن قوة الرب يسوع المسيح تستطيع الدخول إلى أعماق الذهن لتغير من شكل الذكريات المؤلمة وتخرجها من الظلمة إلى النور. إن هذا الشفاء يمكن له أن يحدث لأن الرب قد سبق وأعدّه لنا بموته وقيامته، كما يقول أشعيا النبي:

"لكن أحزاننا حملها و أوجاعنا تحملها ونحن حسبناه مصاباً مضروباً من الله ومذلّولاً. وهو مجروح لأجل معاصينا مسحوق لأجل آثامنا تأديب سلامنا عليه وبحبره شفيئنا".

(أش ٥٣ : ٤-٥)

لقد إعتدنا أن نربط موت المسيح في أذهاننا
بغفران الخطايا التي قد إرتكبناها غير مدركين انه قد مات
أيضاً لأجل الخطايا التي قد إرتكبت ضدينا. لقد إحتمل
معاناتنا وحمل أحراننا على الصليب حتى لا نحمل نحن
مثل هذا الحمل الثقيل بداخلنا. إن حضور قيامته قد أضاء
ظلمة كل الأرض ومن ثم فقد أتى بالنور أيضاً إلى كل
الجوانب المظلمة من أذهاننا.

إن شخصا قد نشأ في أسرة إعتادت الإيذاء البدني
والنفسى أو أسرة بها أمراض مزمنة أو فقدان لأحد
الوالدين أو إدمان للخمر أو أي نوع آخر من
الإضطرابات ، إن شخصا كهذا قد لا يصعب عليه أن
يدرك إحتياجه لشفاء داخلي. ولكن ماذا عن الأشخاص
الذين نشأوا أساسا في عائلات طيبة حيث يبذل الأهل كل
جهدهم لكي يعتنوا بهم؟!

هل يحتاج كل شخص إلى نوع ما من الشفاء الداخلي؟!

إن خبرة خمسة عشر عاما في خدمة الشفاء
الداخلي قد جعلتني أقتنع بأن كل إنسان مقيّد بطريقة ما

بسلاسل الماضي ، وحيث أننا نحيا فى عالم غير كامل
فإننا نعاني من جراء نقائص هؤلاء المحيطون بنا ، فلم
يوجد كائن حي إستطاع أن يحبنا بجمالتنا بطريقة كاملة ،
وربما كان هذا هو سبب الشعور بالرفض والوحدة
والجرح ، والذي قد يكون أحيانا مختبئا وغير واضح
بدرجة يصعب معها التعرف على وجود مثل هذه المشاعر
بداخلنا، ولكننا سواء أدركنا أو لم ندرك ، فإن هذه
المشاعر تبقى قادرة على إعاقة نمونا النفسي والروحي.

أليس الإيمان بيسوع المسيح كافيا لتسديد تلك
الاحتياجات الداخلية؟

إننا فعلا نشفى روحيا عندما نقبله ربا ومخلصا
لحياتنا بل ونضمن الخلاص والحياة الأبدية من خلال
موته وقيامته. وعلى أي حال فإن كل ما نستطيع أن
نخضعه للرب إلها هو فقط ذلك الجزء من حياتنا الواقع
تحت إدراكنا والذي نستطيع أن نتلامس معه ، بينما تلك
المناطق غير الواعية التى تقع خارج مستوى إدراكنا حيث
لا نعرف عادة ما يقع هناك ، فإن هذا الجزء حيث إنساننا

الباطن محتجباً يتطلب جهداً إرادياً من جانبنا حتى ندعو الرب أن ينقى ويحرر هذا الجزء من كيانتنا.

إن إدراكنا لهذا الأمر يساعدنا على فهم صلاة القديس بولس لأجل أهل أفسس ورسالته اللاحقة حين يخاطبهم قائلاً :

"وتتجددوا بروح ذهنكم وتلبسوا الإنسان الجديد المخلوق بحسب الله في البر وقداسة الحق".
(أف ٤ : ٢٣، ٢٤)

فقد كان مؤمني أفسس قد عرفوا فعلاً يسوع المسيح كرب ومخلص ، إلا أنه لازال هناك أمور كثيرة تحتاج أن تتم حتى يستطيعوا أن يمثلوا بحضوره. إن أرواحنا تحتاج أن تتحرر وأذهاننا أن تتجدد حتى نستطيع أن نكون الخليقة الجديدة التي دعانا إليها الله.

إن الشفاء الداخلي هو عملية طويلة ، فلا تستطع أي صلاة عابرة أو تدريب روحي معين أو طريقة ما للتأمل ، أن تلمس ببساطة كل المناطق غير المشفية

بداخلنا. إن عملية شفاء الإنسان الداخلي هي رحلة تستمر بنا طوال حياتنا الروحية حيث نصير فيها يوما بعد يوم منغرسين ومملوئين من نور محبة الله الشافي.

إن زراعة الورود بحديقة منزلنا هي واحدة من أكثر الهوايات المحببة إلى قلبي حيث يمكنني مراقبة جمال وهدوء هذه الزهور حين تتفتح بتلة تلو الأخرى حتى تصبح كائنات متألفة من المخلوقات. ولو إنني حاولت أن أقوم بفتح أوراقها بنفسني لماتت الزهرة الجميلة ، ولكن بإمدادها بالقدر الكافي من ضوء الشمس والماء والغذاء فإنها تأخذ طريقها إلى النمو الكامل.

إن كيانتنا الداخلي يحتاج إلى تطبيق مثل هذه الطرق الصبورة للنمو ، فان محاولة تعجيل عملية الشفاء تؤدي حتما إلى الذبول ولن تمكننا من أن ننمو بشكل كامل.

لقد قاومت فكرة أن أكتب كتابا عن الشفاء الداخلي لعدة سنوات ، لأنني لم أكن أريد أن أعطي الانطباع بأن هناك أسلوب ما يمثل الحل الكامل لتلك القضية المعقدة.

فإن أبانا السماوي هو إله خالق ومبدع يلمس كل منا بلمسة فريدة متميزة تعكس حبه لنا، فهو يقدم لنا شفاءه من خلال قنوات متعددة ولا حصر لها ، منها على سبيل المثال وسائط النعمة والموسيقى والشعر والكتاب المقدس والكتابات الروحية ، إلى آخره من الوسائل غير المتناهية. وقد ربطت إحداهن إختبارها بمشاهدتها لفيلم "نقطة التحول" ، ذلك الفيلم الذي يصف العلاقة بين سيدتين تأصلت بينهما مشاعر الغيرة والغضب الواحدة تجاه الأخرى، وتتطور القصة بدأت صديقتي تشخص موقفا مماثلا في حياتها ، وواجهت حاجتها للشفاء ومن ثم استطاعت التصالح مع صديقتها فيما بعد.

إن الله يستطيع إن يستخدم أي وسائل متاحة ليأتي بنا إلى الشفاء عندما يكون لدينا الإستعداد لأن ندرك مواطن المرض في نفوسنا.

لماذا إذا أقوم بكتابة هذا الكتاب؟! ذلك لأنني أؤمن أن كثيرون منا يحتاجون إلى قدر من المساعدة في المراحل الأولى لعملية الشفاء ، وقد لا يتثنى لنا دائما أن نجد خالما ما أو مشيرا أو حتى صديقا مؤمنا يستطيع أن يصلح معنا الصلاة المطلوبة.

وإني أتلقى كل يوم العديد من الخطابات من أفراد يطلبون مثل هذا النوع من الخدمة، وكلما أمكن فإنني أحيلهم إلى أشخاص مؤهلين في أقرب منطقة لهم. ولحسن الحظ فقد أمكن استخدام رابطة المعالجين المسيحيين^١ في تعليم المئات من المتخصصين في الرعاية الصحية مبادئ الصلاة لأجل الشفاء الداخلي وبذلك صار من الممكن تطوير شبكة من مراكز المشورة المسيحية وهي آخذة في النمو في جميع أنحاء الولايات المتحدة الأمريكية. ولكن وبالرغم من ذلك لا توجد أي منظمة أو هيئة معينة تستطيع أن تلبى كل إحتياجات الشفاء لعالم اليوم. لذا فإن هذا الكتاب يساهم في تقليل حجم المشكلة إذ يقدم شرحا مبسطا للموضوع مع بعض الصلوات التأملية لهؤلاء الراغبين في الشفاء الداخلي.

إن فهمنا للشفاء كعملية تستمر مدى الحياة لهو جد يساعدها أن نكون صبورين مع أنفسنا ونحن نسمح لمحبة المسيح أن تجذبنا بلطف إلى نوره الشافي.

(١) Association of Christian therapists, 3700 East Avenue, Rochester, New York, 14618

ويتناول كل فصل من فصول هذا الكتاب مرحلة عمرية معينة بدأ بفترة التكوين وفي تطور حتي مرحلة النضوج. ويحتوي كل فصل على شرح سريع للمشاكل التي يمكن أن يواجهها المرء في تلك المرحلة من العمر ، بالإضافة إلى صلاة تأملية تمكن القارئ من أن يفتح قلبه وذهنه لحب الله الشافي.

ومن الواضح أنه ليس في الإمكان تناول كل المشاكل التي تعيق النمو في كل مرحلة ، فليس من وظيفة هذا الكتاب أن ينقل للقارئ كل المعرفة المختصة بموضوع الشفاء الداخلي ، ولكن المقصود منه فقط أن يساعد هؤلاء الذين يرغبون في بدء عملية الشفاء ولا يعرفون كيف يبدأون. وليس الغرض من هذا الكتاب أن تقرأه فحسب بل أن تختبره أيضا.

ولكن يجب على كل شخص أن يتناول مراحل الشفاء المختلفة بما يتناسب معه هو ، فالله قد خلق كل منا ككائن متفرد ولذلك فهو يتعامل مع كل شخص بطريقة تختلف عن الآخر. وقد يكون من الأفضل أن نصرف بضعة أيام أو ربما أسابيع في الفصول التي نتناول

المراحل الأولى من الحياة : مرحلة ما قبل الولادة -
الولادة - المهد ، لما تحويه هذه السنوات من تشكيل كبير
لشخصياتنا ولما تضيفه من أثر عميق على نمونا.

كما ننصح أيضا بممارسة كل وسائل النعمة
المتاحة لنا من خلال الممارسات الروحية وقراءة الكتاب
المقدس وحضور الخدمات الكنسية ، فكل تقدم صادق إلى
مائدة الرب هو بالحقيقة فرصة لشفاء أجسادنا وأذهاننا
وأرواحنا. وقد إعتاد الرعاة فى كل مرة يحضرون فيها
إلى القداس أن يتقدموا إلى المذبح بهذه الكلمات : "يارب
إنى لست مستحقا أن أقبلك ، ولكن فقط قل كلمة وأنا
سوف أشفى". ونحن عندما نتناول من جسده المقام يمكننا
أن ندعوه أن يشفى تلك الأجزاء منا التى لم تمتلئ بعد
بالحياة ، حسب تعليمه القائل : "كما أرسلني الآب الحي
وأنا حي بالآب فمن يأكلنى فهو يحيا بي".

(يو: ٦: ٥٧)

فعندما نقبل يسوع فى قلوبنا فهو يصل حياتنا بحياته بعمق
وقرب شديدين ، فيمكننا أن نسأله أن يأتي بالحياة إلى
كياننا الداخلي ، وأن يضيئ الأجزاء المظلمة فى عمق

أذهاننا بنور محبته ، وأن يهبنا القوة أن نطل نطلبه في كل طرقنا.

وهناك أيضا الكثير من البركات يمكننا أن نحصل عليها عن طريق الغفران والإعتراف والمصالحة ، وعادة ما كان يخبرني بعض العاملون بمهنة المشورة بأن الشعور بالذنب هي واحدة من أكبر المشكلات التي يتعاملون معها في حياة روادهم ، سواء كان هذا الذنب حقيقيا أم من نتاج الخيال ، فالروح الإنسانية تصرخ متعطشة للغفران والتطهير.

"لأني عارف بمعاصي وخطيتي أمامي دائما"

(مز ٥١ : ٣)

في كتابه الرائع (ماذا أنتجت الخطية) يناقش "د. كارل ميننجر" الطبيب النفسي الشهير والمؤسس لمصحة ميننجر بمدينة تويكا بولاية كانساس الأمريكية ، يناقش ظاهرة العنف السائد في عالم اليوم في ضوء عدم استعداد المجتمع للإعتراف بمسئوليته المشتركة بجانب الأخطاء الشخصية. فكتب يقول :

"إن الاحتياج العريض للمجاهرة العلنية والإعتراف بالخطية وتمييزها ، يصعد إلى السطح مع إزدياد ظهور البدع والعبادات التي تطلق الحدود فى التواصل وتهجر كل الضوابط تحسب شعار "تحقيق الذات". ومثل هذه البدع سرعان ما تبطل وذلك لإعتمادها الأساسى على حلول سطحية ، ولكنها فى ذات الوقت تكتسب شعبية سريعة لأن العبء الثقيل الذى تضعه الخطية المكتومة على كاهل أصحابها هو ذنب غير محتمل ولا بد من الإعتراف به بطريقة أو بأخرى. ولكن بينما يخبرنا الكتاب المقدس بأن أجرة الخطية هى موت، فإنه يخبرنا أيضا بأنه يوجد هناك حل حقيقى فى التوبة والإعتراف والمصالحة كى يستريح الإنسان من الشعور الرهيب بالذنب. والضمير الإنسانى يشبه رجل البوليس فى أنه يمكن مراوغته وإخماده وتحذيره وحتى رشوته ، ولكن هذه المحاولات دائما مكلفة ولها ثمن غال على النفس والإنسانية.

وليس لطبيب نفسى أو أى معالج نفسى - حتى هؤلاء ذوى السمعة الرائجة - مثل الفرصة العريضة التى لخدام الرب فى علاج النفوس ،

علاوة على الفرصة الرائعة التي لهم فسي أن يفعلوا
ما يقوم به قلائل من الأطباء النفسيين لعلاج القلق
المزمن والاكتئاب وبعض الأمراض النفسية
الأخرى.^٢

وضع الأب "ميخائيل سكانلن" منذ بضعة سنوات
كتاباً صغيراً بعنوان (قوة الكفارة) كان له عظيم الأثر على
إسلوب الكهنة في خدمتهم في ذلك الوقت ، حيث يقول فيه:

"إن دراستنا للتقليد الكنسي تجعلنا نكتشف أن
الكاهن أو الخادم وهو يستمع إلى الشخص الآخر
ويصلي لأجله فإنه في كثير من الأحيان يجد نفسه
يقوم بعمل الطبيب النفسي ، وعندئذ تلعب خدمته
الروحية دوراً علاجياً عظيم وأساسي في عملية
الشفاء . وإنا نجد أن هذا الدور العلاجي قد
نمي وتتطور من الممارسات الروحية

(٢) "Whatever became of sin?", Hawthorne books, Inc. New York, 1973

فى الكنيسة الأولى - من خلال لكاهن أو لراهب - إلى
أن صار جزءاً رئيسياً من تعليم وتقاليد الكنيسة الآن.^٣

كما يقدم الأب "سكانلن" لاحقاً فى كتابه أسلوباً جديداً لفهم سر
الإعتراف يساعد الإنسان فى التعرف على تلك المناطق فى
حياته التى ربما تعيق وتحجز فيضاً من محبة يسوع المسيح فى
قلبه ، وذلك عندما يصلى الخادم مع الشخص المعترف طالبين
معاً من الرب أن يكشف لهما أي عائق يحتاج أن يزال من أجل
أن ينساب حضور الله فى حياة المصلى بسلاسة وإستمرار .
ومن خلال الحوار المتبادل والتمييز فى روح الصلاة يسعى
الخادم لمساعدة المصلى فى أن ينظر إلى ما وراء الخطية لكي
يتمكن من التعرف على المشكلة الأساسية والتي عادة ما تكون
متأصلة فى خبرات سابقة من رفض ونقص حب.

إلى جانب وسائط النعمة السابقة فالحضور المنتظم
لخدمات الكنيسة وإجتماعات الصلاة يجعلنا على إتصال

(٣) Ave Maria Press, Notre Dame, Indiana, 1972.

مباشر بالمجتمع المسيحي ، كما يمكن أيضا أن يكون مصدر قوة كبيرة تساعد في عملية الشفاء الداخلي . والعبادة الجماعية تساعدنا في أن ندرك أننا ننتمي إلى عائلة روحية يقوم الأب السماوي فيها بدور رب الأسرة الذي يحبنا حتى أكثر مما نتخيل . وعندما نتعلم أن نرتبط بأخواتنا وأخواتنا في الرب فإننا نكتسب تشجيعا وتدعينا نحن بحاجة إليه في جهودنا المستمرة للسير إثر خطوات المسيح.

قيل أن رحلة الألف ميل تبدأ بخطوة ، وهذه هي صلاتي عزيزي القارئ أن تساعدك الفصول التالية في أن تبدأ رحلتك الشيقة في الشفاء الداخلي والتي حتما سوف تؤدي إلى "حياة فائضة" كما وعد الرب.

كلمة للوالدين

أود أن أوجه كلمة تنبيه للآباء والأمهات الذين يقرأون هذا الكتاب، فنحن لدينا ميلا طبيعيا لقياس قدراتنا في تربية الأبناء عندما نقرأ مثل هذا الكتاب عن مراحل النمو المختلفة منذ فترة التكون وحتى المراهقة تلك التي تؤثر

فى حياة أبنائنا المستقبلية، ولأن غالبية الأباء والأمهات يحاولون جاهدين وبإخلاص أن يمدون قلوبهم وأكبادهم بأفضل بيئة ممكنة ، فإنهم كثيرا ما يختبرون مشاعر الذنب حيال نقائص مهاراتهم التربوية.

ولذلك فإنى أود أن أقول أن غرض هذا الكتاب ليس هو توجيه أصابع الإدانة على أية حال من الأحوال بل هو رسالة رجاء إلينا جميعا. وكوالدين لخمسـة أبناء ناضجين ، فإنى أنا وزوجي "بن" ونحن على دراية بعدم كفايتنا فى نواح تربوية كثيرة ، فإننا وجدنا أن الصلاة لأجل الشفاء الداخلى قد مكنتنا من أن نرى نور حضور الله وهو يسدد عجزنا بكفايته المدهشة ، وقد صلينا متضرعين للرب إلينا من أجل أبنائنا ، أن يعود معهم إلى تلك اللحظات من حياتهم والتي قد فشلنا نحن فيها فى إظهار الرقة والحب والعطف ، وقد قبلنا منه غفرانا لعجزنا هذا وفى بعض الأحيان كنا نصلى مع واحد أو آخر من أطفالنا من أجل تذكيرات محددة لصدمة ما قد يكون تعرض لها يوما ، ولكننا فى أغلب الأحوال كنا فقط نأتى ببساطة إلى الرب بالمناطق المحتاجة إلى شفاء ونتركها له .

إن أبانا السماوي لم يتوقع منا أبدا أن نكون أباء
و أمهات كاملين ، لأننا لو استطعنا أن نفعل كل شيء
لأبنائنا وبدون أخطاء من أي نوع لصرنا "آلهة" بالنسبة
لهم وبذلك لن يصلوا أبدا إلى معرفة الإله الحقيقي
لأنفسهم. فهذه المناطق القاصرة والمجروحة بداخلنا هي
عادة والتي تولد الدافع القوي لأن نلقى بأنفسنا أخيرا بين
ذراعي المسيح يسوع المنتظرة ، فهو وحده الذي يستطيع
أن يسد كل إحتياجاتنا.

ولذلك فبينما أنت تقرأ هذا الكتاب ، إذا اكتشفت
أي من الطرق التي لم تكن بها مصدرا للحياة بالنسبة
لطفلك فإدع يسوع أن يلمس تلك الذكريات وإقبل غفرانه
لنفسك ثم دع الموقف لعنايته . فالنور الذي يكشفه لنا الله
اليوم ، لم يكن أبدا ليوجه ثانية إلى حياتنا لوضع المزيد
من ثقل الإدانة علينا ، بل ليكون النور الذي.

يهدى أقدامنا

في طريق السلام.

(لوا ١: ٧٩)

الفصل الأول

الإعداد

ليس هناك من يسافر في رحلة ما لم يتم بعمل بعض الإستعدادات لذلك أولاً. وحيث أننا لا نملك أية خرائط للطريق نسترشد بها ، فإنه يجدر بنا أن نستوثق الروح القدس على نفوسنا ، فهو المرسل إلينا ليرشدنا إلى كل الحق (يو ٦ : ١٣) ، ولذلك فإنه سوف يقودنا إلى معرفة الحق من جهة أنفسنا. ورفيق رحلتنا هذه إلى الشفاء هو شخص ربنا يسوع المسيح ، نور العالم ، الممسوح من الآب ، الطبيب الشافي ، الذي به كان كل شيء (يو ١ : ٣) ، وهو وحده الذي يمكنه أن يُشبع إلى التمام حاجتنا إلى الحرية ، فقد إخبارنا أن جزءاً أساسياً من رسالته هو أن يُطلق الأسرى (لوق ٤ : ١٨) ، وهذا يعنى إطلاقاً لكل مناطق الجسد والذهن والروح.

فقبل موت المسيح يسوع وقيامته كان الجنس البشرى كله مأسوراً روحياً تحت يد الشرير ، عدونا

القديم، المضطهد لنفوسنا، المشتكى علينا أمام إلهنا
نهارا وليلا (رؤ ١٢ : ١٠) ولم يكن بمقدورنا أن نحصل
على الحرية من ثقل الخطية والموت بصرف النظر عن
سلوكنا الجيد فى محاولة إتباع كل القوانين المكتوبة فى
القاموس، ولم يكن للبشرية أية بارقة أمل أو رجاء وهى
تحمل مثل هذا العبء الثقيل من الظلمة الروحية، حتى
جاء المسيح ليطلقنا أحرارا.

فيسوع قبل موته مباشرة صلى قائلا:

"أيها الآب قد أتت الساعة. مجد ابنك ليمجدك ابنك
أيضا إذ أعطيته سلطانا على كل جسد ليعطى حياة أبدية لكل
من أعطيته. وهذه هى الحياة الأبدية أن يعرفوك أنت الإله
الحقيقي وحدك ويسوع المسيح الذى أرسلته."

(يو ١٧ : ١-٣)

إن الشفاء الداخلى يبدأ فقط عندما نقر بأننا لا نستطيع
أن نصل بأنفسنا إلى الكمال مهما بذلنا من جهد، وعندما
ندرك أن الحرية الحقيقية هي فقط فى قبول يسوع المسيح
كمخلص ورب.

فكثيرون فى عالم اليوم يركضون بشغف شديد من مصدر إلى آخر فى محاولات عابثة لإيجاد إجابة لهذا السؤال المستديم : "من أنا ؟" ، والمكتبات تكتظ وتمتلئ بالمواد الأدبية المتنوعة فى تطوير وتحسين الذات مع عشرات الوعود بالسعادة والرخاء والصحة التامة بل والتحرر من كل الضغوط ، وهذا فقط إذا إتبعنا نصائح المؤلف وبدأنا نتعلم أن ندرك ذواتنا. أما الكتاب المقدس ، كلمة الله الحية، فهو يتقدم لنا برسالة أكثر كثيراً فى أهميتها ، حيث يعلن لنا "لمن نحن ننتمي" ، وهو الحق الذي إن تمكن وتاصل فى قلوبنا لكمات مباحثنا عن الهوية بإدراكنا لأننا "أبناء لآب السماوي" وكفنا عن محاولاتنا الذاتية للكمال.

وإن مثل هذا الشفاء لأرواحنا يعد أثمن وأعظم عطية يمنحنا الله إياها ، فهو الإجابة لبحثنا عن السعادة ، إنه البهجة الحقيقية للحياة الأبدية .

وصلاتنا لأجل الشفاء الداخلي تمكن هذا الشفاء الروحي من أن يسرى إلى مناطق أخرى من كياننا. فعادة نحن نكون مهينين لأن نصدق فقط الأشياء السلبية عن

نفوسنا، حتى وبعد أن قبلنا يسوع المسيح كمخلص شخصي لحياتنا فإننا نجدنا مستمرين فى الصراع مع شعورنا بعنم الإستحقاق بل والكراهية لأنفسنا أحيان كثيرة.

فنحن طوال فترة حياتنا منذ لحظة تكويننا فى بطون أمهاتنا وحتى الممات ، نستقبل ونستقبل الإطباعات عن أنفسنا من هؤلاء الذين يشاركوننا حياتنا. إن كلماتهم و أفعالهم بل ومشاعرهم تساهم فى توصيف وتعريف شخصياتنا عن طريق إعطائنا تصور معين عن من نكون ، وعندما يكون ما يصلنا منهم إيجابى ومشجع فإننا نمثلئ بالثقة فى قيمتنا كأفراد وفى قدرتنا على تبادل الحب مع الله ومع الآخرين أيضا ، ولكن عندما يصلنا منهم ما هو سلبى و مملوء بالنقد فإننا نقبله كتعبير واقعي عن شخصياتنا ، الأمر الذي يولد المزيد والمزيد من الألم الداخلى .

لذا فإنه يصبح من الضروري علينا أن نتواصل بإيجابية بعضنا نحو البعض ، وأن نمد عمق أذهاننا بالحقائق الصحيحة والتي تعطى الحياة والقدرة على التجديد لإنساننا الداخلى ، كيما نبدأ فى أن نختبر فيض الحياة الى حياتنا الخارجية. أيضا قراءة الكتاب المقدس

والسماح لكلمة الله أن تتغلغل داخل ثنايا هويتنا المشوشة يمكن عملية الشفاء الداخلي ويجعلها على قدر كبير من السهولة. وحيث أن الكتاب المقدس هو كلمة الله الحية ، فهو يوفر لنا مصدراً غنياً للحياة والشفاء عندما نسمح لرسالته بأن تغوص بعمق في قلوبنا.

ويعطى الملحق الموجود بنهاية هذا الكتاب بعض أمثلة لشواهد كتابية يمكنها أن تغذي كمبيوتر عقولنا الباطن بالمعلومات الصحيحة .

وقد يكون من المفيد أن نقرأ مثل هذه المقاطع الكتابية بصوت مرتفع في أوقات مختلفة من اليوم ، وعلى وجه الخصوص عندما نستيقظ من النوم وعندما نأوى إلى الفراش بنهاية اليوم. فالعقل الواعي يخلد إلى الراحة أثناء النوم وهو بذلك لا يمثل أي عائق لفيضان النور الإلهي إلى العقل الباطن ، الذي يبقى نشيطاً جداً أثناء نومنا (والأحلام هي دلالة واضحة لهذه الحقيقة).

وإنه لأمر هام أيضاً أن ندعو يسوع المسيح أن يرافقنا في رحلتنا الداخلية لأنه هو وحده الذي يحمينا من

خداع الشرير ويحفظنا من أن نغرق تحت أشياء كثيرة فى
أن واحد • فهؤلاء الذين يدخلون إلى غياهب العقل عن
طريق المخدرات ، والتحكم الذهني ، والتتويم
المغناطيسي ، أو أي صور أخرى غير طبيعية من مثل
هذه الأنواع من العلاجات ، عادة ما يغرقهم العالم
الروحي • ولقد أخبرنا يسوع قائلًا:

" أنا هو الباب

إن دخل بي أحد فيخلص

ويدخل ويخرج ويجد مرعى".

(يو ١٠: ٩)

مع يسوع ، الراعي الصالح الذي يعتني بنا ، نحن
لا نحتاج أن نخاف من أن نتعرض لألم زائد أو ذكريات
جارحة فوق مستوى الاحتمال ، فإن حضوره سوف يدفع
عنا أي هجوم تشنه علينا أرواح الشر عندما ندعوه أن
يصاحبنا في رحلة الشفاء الداخلي.

ولذلك فإن كل صلاة لأجل الشفاء الداخلي ينبغي أن
تبدأ بدعوة يسوع المسيح أن يسير معنا عبر الماضي ، فهو

قد كان هناك عندما تعرضنا للمرة الأولى لخبرات مؤلمة ولكن عيوننا الروحية لم تكن آنذاك بالحساسية الكافية حتى ندرك وجوده. وهؤلاء الذين يتمتعون بخيال خصب يمكنهم أن يروا يسوع آتياً إليهم بنور محبته الشافية ، ولكنه ليس ضرورياً أن يكون لنا هذا الخيال الخصب حتى نحصل على الشفاء فالأمر الهام هنا هو الاتجاه الداخلي لقلوبنا ، أن يكون لدينا الإستعداد لأن نخضع كل جزء من كيانتنا لعنايته مخضعين إرادتنا لإرادته.

نحن نريد أن نكتشف الشخص الحقيقي الذي يكمن بداخلنا، ساكناً أحياناً كالجميلة النائمة التي تنتظر القبله من الأمير لتعيدها إلي الحياة مرة أخرى. عندئذ فقط نبتدى في أن ندرك القوة الروحية التي بداخلنا ، قابلين دورنا كوارثين مع المسيح يسوع في ملكوت أبينا السماوي. كما تشرع قلوبنا في قبول حقيقة أننا جنس مختار ، كهنوت ملوكي ، أمة مقدسة وشعب إقتناء لكي نخبر بفضائل الذي دعانا من الظلمة إلى نوره العجيب.

(ابط ٢: ٩)

صلاة

أيها الرب يسوع المسيح ، إنني أدعوك كي
ترافقني في رحلتي داخل نفسي ، غامرا كل كياني بنور
حبك. إحمني بدمك الغالي الثمين من مكائد العدو ، أحطني
بملائكتك المقدسة ودع روحك القدوس يكون مرشدي.

أيها الرب يسوع المسيح ، لقد حاولت أن أخلص
نفسي وأن أنقذها بطرق عديدة .. لكني الآن أدرك عبث
تلك الجهود وعدم جدواها. فأنت وحدك الذي تستطيع أن
تعطي الحرية الحقيقية لأنك أنت هو "الطريق والحق
والحياة" (يو ١٤: ٦). ولا أحد يستطيع أن يأتي إلى الآب
إلا بك.

يا يسوع ، سامحني لأجل كل خطاياي وتعال
أدخل إلى قلبي ، فها أنا أخضع كل حياتي بين يديك ، إنني
أقبلك ربا ومخلصا وأنا أخضع إرادتي وفكري ، جسدي
وروحي ، كلي لك.

من فضلك إمنحني إمتياز أن أرى نفسي بعينيك حتى
أعرف حقاً لمن أنا أنتمى. ساعدني أن أصدق أنني أبنا للآب
السمائي ، وأني جد ملتصقا به فهو خالقي الوحيد.

إن قلبي يحاول أن يقاوم هذا الحب الغامر لأنني بكل ألم
مدركا لعدم إستحقاقي له ، إمنحني النعمة لأرى حب الآب
يغمرني ويكسو عيوبتي ونقائصي. إنها ليست محبتي لله
بل محبة الله لي ، حينما أرسل ابنه الوحيد ليكون الذبيحة
التي تحمل خطايائي بعيدا.

(يو ١٦: ٣)

أيها الرب يسوع ، فلتبدأ في عملية الشفاء ، تلك
التي ستمكنني من أن أقبل حقيقة خلاصي. بدد الذكريات
المظلمة التي تحجب عني الرؤية. دع تجديدك لذهني
يملئني بالإدراك العميق لكم أنا في وحدة وشركة معك إنني
أريد أن أصدق قولك

"كني أسميتكم أحبباء (أصدقاء) ،

لأنني أعلمتكم

بكل ما سمعته من أبي."

(يو ١٥: ١٥)

إطلق تلك الذكريات المختبئة داخل نفسي والتي
تعيق تفتي في صداقتك لي.

بين يديك أستودع روحي وعقلي وجسدي • باركني بكل
ما أحتهجه لكي أكون دائما في محضرك.

أمين

الفصل الثاني

مرحلة ما قبل الولادة

"ما الذي يجعلني بحاجة إلى شفاء عن الوقت الذي قضيته في رحم أمي ؟! قبل الولادة نحن لم نكن سوى صفحة بيضاء !!". قال هذا معترضاً أحد الحاضرين في واحدة من حلقاتنا الدراسية في الشفاء الداخلي.

حتى سنوات قليلة مضت كان من المعتقد أن نظرية جون لوك عن (الصفحة البيضاء) هي صحيحة وواقعية تماماً. وكان من المعتقد أن الأطفال الرضع يدخلون إلى هذا العالم كسجلات خاوية تنتظر الآخرون حتى يكتبونها.

على أية حال فإن الطب الحديث على ما يبدو قد أثبت خطأ هذا النوع من التفكير حينما اكتشف الباحثون في عشرات من المعامل والمستشفيات أن الأجنة في

بطون أمهاتهم هم كائنات دقيقة فى غاية التعقيد. فإنه من الواضح أن الجنين فى شهره السادس تبدأ فى أن تنمو لديه الحواس المختلفة بطريقة حادة ومرهفة ، طبقا لما أعلنه أخصائي الأطفال ت. بارى برازيلتون بالمركز الطبي للأطفال فى بوسطن. فحينما تدخل النساء الحوامل (اللاتي يرتدين أحزمة على بطونهن لقياس إستجابات الجنين) حركات بها أضواء ساطعة وأصوات مزعجة فان الأجنة تجفل وترتجف. وعلى النقيض من ذلك فإن الأصوات الهادئة والأضواء الخافتة تبدو مريحة لهم.^١

نشرت مجلة (علم النفس اليوم) الصادرة فى مايو ١٩٨١، مقالا تتحدث فيه عن موضوع "علم نفس ما قبل الولادة" ، حيث أوردت فيه بعضا من نتائج أبحاث الطبيب النفسى ليستر سونتاج ، الأخصائي بمعهد فلس للأبحاث بمدينة يلو سبرنجز بأوهايو. فإن خبرة ثلاثون عاما من الإستكشاف للدكتور سونتاج فى مجال نمو الإنسان من الجنين والى النضوج ، قد أقنعتة بأن "مشاعر

(١) تقرير جريدة النيوزويك ، يناير ١٩٨١

الأم خلال فترة الحمل لها تأثير لحظي ، و آخر بعيد المدى على الطفل". وبالطبع قد سارع بالإشارة إلى الصعوبة الواضحة في جمع براهن الملاحظة التي تثبت صحة هذه النظرية نظراً لتعدد العوامل التي تؤثر في البيئة المحيطة بالجنين أثناء وجوده في رحم الأم. إلا أن الدلائل التي تدعم تصريحه هذا قد بدأت تتزايد سريعاً يوماً بعد يوم.

واليوم وبعد تزايد حجم المعلومات في أبحاث علم نفس الأجنة ، فقد أنتج هذا عن تشكيل جمعية دولية لدراسة علم نفس ما قبل الولادة - يقع مقرها بالنمسا - كما ساهم أيضا في تكوين جريدة دولية جديدة تسمى "النمو المبكر للإنسان" والتي تختص بتواصل الحياة فيما قبل الولادة و ما بعدها. إن تلك الفترة من نمو الإنسان والتي طال إهمالها قد بدأت أخيرا في الحصول على حقها من الاهتمام الجاد بعد أن إكتشف علماء النفس أهميتها.

وقد صرح واجستين كول - أستاذ طب نفس الأطفال بجامعة كاليفورنيا - مؤخرا قائلا : "إن الطفل في عملية الولادة يكون فعليا بمثابة الشخص الخبير

الملم بمجموعة التفاعلات الداخلية الحميمة التى
تحدث بينه وبين الأم من خلال المشيمة ، والتي تؤثر
فى كل من حالته الجسمانية والنفسية " .^٢

وهناك أحد الأبحاث الجامعية قد أظهرت أن
الطفل فى شهره السادس قادرا على الشعور بالاكتئاب
نتيجة لخسارة مثل فقدان الأم أو الانفصال الدائم عنها.

ويبدأ المخ فى النمو منذ لحظة التكون بمعدل أسرع
بكثير منه فى أي فترة أخرى من العمر ، حتى أنه يصل فى
سن الثانية إلى ثلاثة أرباع حجمه عند الشخص البالغ.

ومن المعتقد أن لهذا النمو السريع فى الجهاز
العصبي تأثيرا أكيدا على حياة الشخص كلها ، كما أنه
يشرح أيضا أهمية الخبرات الأولية فى حياة الإنسان. فإن
الإحساس المرهف لدى الطفل يعمل على إظهار المواقف
السلبية بكيفية أسوأ مما هي عليه فى الواقع ، مشوها بذلك
الإدراك الحسي لهذه الحوادث ومشوشا على فهمها. وهذا

(٢) تقرير "دافا سويل"، جريدة النيويورك تايمز، مارس ١٩٨٠

ما يعد سبباً واحداً يكفي لتفسير أهمية الصلاة لأجل الشفاء الداخلي. فصلاة الشفاء الداخلي تخلصنا من الفهم الخاطئ لتكرياتنا الماضية حتى يمكننا أن نجني إنطباعاتاً أفضل عن العلاقة القائمة بين والدينا وبيننا. وهذا النمط من الشفاء بمقدوره أيضاً أن يمدنا بإطار أفضل للعلاقة مع الله في حياتنا ، حيث يوسع مداركنا لقبول المزيد والمزيد من محبته.

لقد صليت مراراً وتكراراً مع أناس مصابين بمخاوف غير منطقية ومشاعر نوب وحالات غضب أو حزن غير معلومة السبب ، وشعرت أنني منقادة بالروح القدس لأن أطلب من الرب يسوع أن يلمسهم أثناء فترة نموهم السابقة للولادة. وبين الحين والآخر كان بعض الأشخاص يسترجعون أحداثاً مؤلمة كانت أهمياتهم قد عبرت بها أثناء فترة الحمل مما جعل الجنين يمتص بداخله الألم والحزن أو مشاعر الخزي أو الغضب التي قد تكون شعرت بها الأم في ذلك الوقت.

في بعض الأحيان كانوا يدركون هذه الأحداث لأن أهمياتهم أو شخص آخر من أفراد العائلة قد أخبرهم بها.

ولكن كما يحدث في غالبية الأحيان فإنه حتى وإن كان الشخص غير مدركا بعقله الواعي لأي من هذه الصدمات النفسية الجارحة ، إلا أن كيانه الداخلي يشعر بإحساس بالراحة والسلام والإنطلاق عقب الإنتهاء من الصلاة.

وغالبا ما مكنهم هذا التحرير من أن يأتوا بمناطق المقاومة في حياتهم إلى نمو وإتزان أفضل.

هناك الآن العديد والعديد من الكتب التي تظهر في المكتبات كل يوم لتتحدث عن علم نفس ما قبل الولادة ، وأغلب هذه الكتب قد وضعت بواسطة أناس يمارسون أشكال مختلفة من التنويم المغناطيسي لمساعدة الأشخاص على الرجوع بالعمر إلى الوراء إلى فترة وجودهم في بطون أمهاتهم ، مستخدمين في ذلك العقاقير مثل "LSD" وبعض أنواع العلاجات التي تعمل على إستخلاص المعلومات عن هذه الفترة السابقة للولادة. إن مثل تلك الأساليب من الممكن أن تكون في غاية الخطورة حيث أنها لا توفر الحماية الروحية اللازمة عند محاولة الدخول إلى المنطقة غير الواعية من كياننا. فكما ذكرت سابقا ، أن الباب الوحيد الآمن هو شخص ربنا يسوع المسيح ،

وتحت قوة الروح القدس ، حيث يتعامل الرب برفق مع جروحنا دون الحاجة إلى معونة العقاقير أو أى مؤثر آخر خارجي كى يحث على الشفاء.

إن الشاب الذي أفصح عن شكوكه بخصوص صلاة الشفاء للفترة السابقة للولادة قد إكتشف الإجابة عن سؤاله فى ذات اليوم. فأتثناء الإجتماع بعد ظهر ذلك اليوم قمنا بقيادة المجموعة فى صلاة تأملية مخصصة لأجل هذه الفترة من العمر. وبالرغم من شكوكه إلا أنه كان مستعدا لأن يشترك فى هذه الصلاة ، لربما تكون ذات فائدة له. وفيما بعد وصف لنا إختباره قائلا :

شعرت أن يسوع يقتادني للوراء إلى الفترة التى تسبق ولادتي وبدأت أتلصص مشاعر غضب وإستياء قوية تجاه أمي ، مشاعر للمرة الأولى أدركها بداخلي. وبينما أخذت أسأل الرب يسوع أن يكشف لي عن مصدر تلك المشاعر ، تذكرت فجأة صـوت أمي وهى تقول: "طوال فترة حملي فى داني كنت آمل فى أن أضع فتاة صغيرة". عندئذ أدركت أن موقف أمي قد أنشأ

بداخلي شعور بالرفض منذ بداية حياتي. لا
عجب الآن في أنني كنت أعاني من مشاكل في
علاقاتي مع الجنس الآخر ، بالإضافة إلى
الشعور بالاضطراب تجاه جنسي. فسألت الرب
أن يشفيني من ذاك الجرح ، وفي الحال بدأت
أشعر بموجات من النور تغسلني ، وقد بدا
وكان الرب يقول لي إنه لأمر حسن أن تكون
رجل" ، فبدأت أبكي من شدة الإبتهاج لأنني كنت
قادرة للمرة الأولى في حياتي أن أقبل نفسي.

إن هذا ليس إلا واحدا من مئات الشهادات الحية
المماثلة والتي قد إستمعت إليها عبر السنوات الماضية. إن
مثل هذا الاختبار يلقي لنا بالضوء على كلمات المزمور
المائة والتاسع والثلاثون ، والذي يقول :

لأنك أنت أقتيت كليتي ،

نسجتني في بطن أمي.

أحمدك لأنني قد اخترت عجباً.

عجيبه هي أعمالك ونفسي تعرف ذلك يقيناً.

(مز ١٣٩: ١٣-١٤)

إن الرب حاضر بالنسبة لنا في كل طور من أطوار نمونا، وهو قادر على تحويل أى إعاقة نفسية إلى مصدر حياة جديدة.

قد نحتاج في بعض الأحيان إلى شفاء حتى للحظات الأولى من حياتنا ، لحظة الحمل ذاتها. فإنه لا يوجد عندي أدنى شك في أن الحياة تبدأ فور إختراق الحيوان المنوي لبويضة ما ، وقد صلينا للعديد والعديد من الأفراد ممن لديهم مشاكل نفسية ووجدنا إستجابة مذهشة حين سألنا يسوع أن يشفيهم من أي سلبات صاحبت الحمل بهم ، مثل عدم الشرعية أو الإغتصاب.

إن أي تهديد للحياة خلال فترة الحمل بمقدوره على ما يبدو أن يكون سببا في إحداث قلق وخوف يلتصقان بالشخص طوال حياته. وعلى سبيل المثال ، فإن احتمالات الإجهاض وخوف الأم من فقدان الطفل من الممكن أن يجعل الطفل يستقبل رسالة "خوف من الموت" مما يجعله يعانى من هذا النوع من القلق كشخص بالغ فيما بعد.

قد يساعدنا العلاج النفسى فى إكتشاف مثل هذه المخاوف بداخلنا ، إلا أنه لاغنى عن محبة يسوع المسيح الشافية لكيما نحصل على التحرير التام.

واحدة من خبراتي الأولى فى هذا النوع من الصلاة كانت مع طفل بالتبني لأحد أصدقائنا من الجيران حيث لاحظت الأم أن الطفل الصغير لم يكن يتجاوب بشكل طبيعى مع لمساتها ومعانقتها له ، مظهرًا وضعًا جسمانيًا متصليًا محتفظًا بقبضتيه مضومتين بشدة فى أغلب الوقت. كما كان يعانى من صعوبة كبيرة فى الاحتفاظ بما يتناوله من غذاء أو دواء مما أظهر مشاكل خطيرة فى عملية الهضم عند بلوغه إسبوعه الثالث ، الأمر الذي أدى الى إدخاله للمستشفى.

سألني والداه أن أصلى معه بعد تشخيص حالته على أنها إنسداد فى فتحة البواب (إنغلاق الفتحة الصمامية لمخرج المعدة) ، وبعد أن أكدت الأشعة السينية التشخيص وتقرر إجراء جراحة له.

حينما وضعت يداي على الطفل كان التوتر واضحا جدا فى جسده ، فسألت الرب أن يشفيه من أعراضه الجسدية هذه. وأحسست بالروح القدس يقودني لأن أصلى لأجله أثناء الفترة السابقة لولادته ، خاصة من أجل مشاعر الخوف والذنب التى عانت منها أمه الطبيعية. فالمعلومات الوحيدة التى كانت لدينا عنها ، أنها لم تكن متزوجة ، لذا فكان من المنطقي أن نشك فى وجود درجة عالية من القلق خلال فترة الحمل. وعندما سئلت يسوع أن يحرر الطفل من الكيفية التى قد جرح بها بسبب آلام أمه. أخذ الطفل يسترخي شيئا فشيئا وينام فى سلام ، وألغيت الجراحة حينما استطاع أن يحتفظ بالغذاء فى معدته ، وقد أخبرتني الأم فيما بعد بحدوث تغييرا ملحوظا فى قدرته على التجاوب مع عواطفها.

أيضا صليت كثيرا مع أشخاص حاولت أمهاتهم أن تجهضهم. ويغض النظر عما إذا كانوا مدركين بطريقة واعية لما فعلت أمهاتهم أم غير مدركين ، فقد أحسوا طوال حياتهم بحواجز فى علاقاتهم معهن وبنقص فى الثقة أو بخوف غير طبيعي تجاه الأم.

وعلى ما يبدو فإن الجنين لديه درجة كبيرة من الحساسية لمشاعر الأب أيضا ، بل وقادر على التقاط ردود أفعاله أثناء فترة الحمل. فإن رحب الأب بهذه الحياة الجديدة وانتظر قدومه بشغف ، فإن الرضيع يشعر بالطمأنينة والحماية. ولكن إن رفض الأب الطفل أو الأم ، أو كلاهما معا ، فإن هذا يقود الطفل إلى الشعور بحقارة الشأن وإلى شعور دائم بالدونية وصغر النفس وعدم تقدير الذات.

أوضحا إثنان من الباحثين الفنلنديين - ماتى هاتانين ، وبيكانيسكانين - أن غياب الأب أثناء فترة الحمل بإمكانه إحداث مشاكل نفسية فى حياة الطفل فيما بعد. فقد قارنا مجموعة من الأشخاص الذين مات آبائهم قبل مولدهم بمجموعة أخرى من الذين مات آبائهم أثناء العام الأول لهم فى الحياة (معظم الآباء قد قتلوا فى الحرب العالمية الثانية). وكان من نتيجة تلك المقارنة وجود اضطرابات نفسية وسلوكية أكثر من ضعف المعتاد ، فى المجموعة الأولى ، مبينة بذلك وجود ارتباط وثيق بين

رعاية الأب العاطفية خلال فترة الحمل وبين الصحة النفسية للأم والطفل معا.

إن أى إعتداء فعلى كان أو لفظي تتعرض له الأم خلال فترة الحمل يلتقطه الطفل ويقبله كما لو كان هو المقصود به ، إذ أن الطفل آنذاك لا يميز أي انفصال بينه وبين أمه.

طلب من مشير مسيحي أن يصلى مع امرأة كان أباه مدمنا للخمر ، وكان كثيرا ما يضرب الأم وأطفالها أثناء فترات سكره الطويلة. نمت تلك السيدة في ذلك الجو المشوب بالعداء وتزوجت في سن مبكر كى تهرب من مثل هذا البيت. وكما هو الحال في كثير من الأحيان ، فالرجل الذي قد تزوجته كان لا يقل سوءا عن أباهما حتى أصبح إنفصالها عنه أمر لا بد منه قبل أن يقتلها في يوم ما. وقد تطلب الأمر ساعات عدة من المشورة والصلاة على مدى شهور طوال قبل أن تصير قادرة على أن تخطو خطواتها نحو الشفاء. وقد قال ذلك المشير

"إن لحظة الإنتصار هذه قد أتت حينما

صلينا من أجلها أثناء الفترة التى قضيتها فى رحم

أمها." ثم أضاف قائلا : "حينما سألتنا يسوع أن

يحيطها بحبه الواقى وأن يقف حائلا بين الأم
الحامل و الأب العدواني ، صارت مدركة أن الرب
قد كان يتلقى اللطمات بدلا من أمها. وقفزت إلى
ذهنها الآية القائلة (.. وبحبره شفيينا) وأدركت أن
يسوع قد سمح بأن يضرب جسديا خلال آلامه
كيما تتحرر هي. وقد كانت لحظات نعمة غير
عادية تلك التى جلبت لنفسها سلاما غامرا. "

وكما يبدو فإن روح الإنسان تتميز بحساسية شديدة
لمشاعر وإتجاهات الآخرين. فالجنين الذى ينمو بداخل
رحم أمه ليس مجرد تجمع بروتوبلازمية ، ولكنه صورة
متميزة وفريدة لحياة حساسة ومؤثرة. وهل نجد تفسيراً
غير هذا للقصة الكتابية لزيارة مريم أم يسوع لايصابات
نسيبتها؟! فبينما كانت مريم فى المراحل المبكرة لحملها
وعلى الأرجح فى الأسابيع الأولى لها ، كانت اليصابات
فى شهرها السادس ، إلا أن ذلك لم يمنع الطفل يوحنا
المعمدان من أن يدرك حضور الله ويتجاوب معه.

"فلما سمعت اليصابات سلام مريم إرتكض الجنين
فى بطنها. وإمتلأت اليصابات من الروح القدس.

وصرخت بصوت عظيم وقالت مباركة أنت فى النساء
ومباركة هى ثمرة بطنك. فمن أين لى هذا أن تأتى أم
ربى إلى. فهوذا حين صار صوت سلامك فى أذنى
إرتكض الجنين بإبتهاج فى بطنى."

(لوا: ١: ٤١-٤٤)

قد يبدو تفسير الیصابات لحركة طفلها ساذجا
بعض الشىء بالنسبة لعقليتنا اليوم ، ولكن تبقى هذه
الحقيقة واقعة بأن الیصابات لم يكن لديها أى طريق آخر
لتمييز ظروف مريم سوى الإعلان الإلهى الظاهر فى
سلوك يوحنا هذا.

يمكننا القول بأن هذان الطفلان بطريقة ما كانا
على إتصال بعضهما البعض وهما مازالا فى البطن.

إن هذا الحس المرفف للعالم من حولنا من الممكن
أن يجلب لنا أيضا البركات كما يجلب الألم أثناء الفترة السابقة
للولادة. فلأنى قد ركزت الإنتباه على المشاكل المحتمل
حدوثها أثناء فترة الحمل ، قد يبدو كما لو كانت هذه الفترة
من حياتنا غير مملوءة بشىء سوى السليبات.

ولهذا السبب أود أن أؤكد على حقيقة أن الغالبية العظمى منا قد ولدنا فى كتف ابوين محبين ومشجعين ، قد إنتظروا ولادتنا بكل شغف وشوق. ففى أعماق أذهاننا توجد ذكريات لاحصر لها لأحداث إيجابية عديدة مع هؤلاء الذين قد اعتنوا بنا خلال تلك الحقبة المبكرة من حياتنا. وبينما نحن نتحرر من الذكريات الأخرى المؤلمة فإننا نجد أنفسنا نبدأ فى التلامس مع الأوجه المبدعة لكياننا. ولذلك فقد يكون خطأ كبيرا لأى زوجين فى فترة إنتظار لوليدهما أن يأخذا فى الخوف من أى توتر فى علاقتهما خشية أن ينتج ذلك ضررا لايمكن إصلاحه لطفلهما المنتظر. فهناك دائما قدر من التوتر موجودا معنا فى هذه الحياة. وإن محاولتنا الجاهدة وتركيزنا الزائد فى القضاء عليه ، فى كثير من الأحيان لايجنى سوى المزيد من القلق. فقط عندما نعرف أنه فى إستطاعتنا أن نطلب حب يسوع المسيح الشافى ليقوى هذه المناطق المختفية من حياتنا ، فإننا نستريح من عبء إصلاح أنفسنا بهذا الصدد.

إن الصلاة التالية وإنما يقصد بها البدء فى عملية تحرير تلك المناطق التى شعرت فيها بالإفتقار الى الحب

والتأييد. إنه ليس لزاما علينا أن تكون مدركين تماما لذلك النوع من الجراح ، فنور محبة الله سوف يفحص خفايا النفس كيما يكشف عن أى أجزاء لازالت سقيمة بينما نحن نستسلم للمساة محبته الشافية.

صلاة

أيها الرب يسوع المسيح ، إني أسألك أن تقودنى الى الوراء ، إلى اول لحظات حياتى على هذه الارض. إرشدنى بروحك القدوس الى تلك اللحظة من الزمن عندما خلقت ، حين إتحد أبى وأمى فى الجسد.

إمس أبواى بمحبتك الكاملة وإمددهما بأى شىء قد افتقدها فى إتحادهما هذا كيما تصبح بدايات تكونى محاطة ببيئة إيجابية ومشجعة من النور الشافى.

بينما صارت مكونات حياتى تمتزج معا ، حررنى من أى خلل وراثى كيما ينمو جسدى صحيحا وقويا. أطلقنى حرا من صفات نفسية موروثية قد تكون أثرت على نموى

العقلى. إلمس روحى لتغسلنى وتتقبنى من أى عدم طهارة
من ماضى أسرتنى قد تعيق قدرتى على السير مع المسيح
يسوع.

"لم تختف عنك عظامى حينما صنعت فى الخفاء
ورقمت فى أعماق الأرض. رأت عيناك أعضائى وفى
سفرك كلها كتبت يوم تصورت إذ لم يكن واحدا منها."
(مز ١٣٩: ١٥-١٦)

أنت تعرف الطرق التى بها أحتاج للمسات
محبتك الشافية فى هذا الجزء من وجودى أشرق بنورك
على لتأتى إلى بالحرية والسلام.

سربلنى برداء من نورك الواقى كى أتلافى أى
سليبات قد تكون أنت على من مشاعر أسى وغضب أو
مشاعر ذنب أو خوف أو خزي قد تسربت إلى من خلال
الغشاء المشيمى.

ليتك تحيط هذه المرحلة من حياتى بدفء يجعلنى
أتلهف إلى لحظة ولادتى بشغف. إطرده أى مخاوف مظلمة

تعبث بأمنى وأمانى. بدد أية هموم أو قلق بخصوص حالتى
الجسمانية. أعنى بينما أنا أتذكر وعدك القائل بأنك دائماً
معنا ، أعنى كى أو من أنك لن تدعنى أواجه أى تجارب أو
محن دون وجود محبتك لتشددنى وتؤازرنى.

إنى أستودع تلك المنطقة من حياتى بين يديك ،
مؤمناً بأنك سوف تتم أى شفاء أحتاجه بطريقتك أنت وفى
وقت أنت.

أمين

الفصل الثالث

الولادة

إن لحظة ميلاد الطفل هي لحظة مذهشة ، لحظة مملوءة بالإثارة والروعة ، حين يختبر الأب والأم والحاضرين معهم ، يختبرون قدرة الله المبدعة في الخلق. وبحكم عملي السابق كمرضة ولادة طوال سنوات عشر، فقد كان لي الإمتياز أن أشارك في العديد والعديد من الولادات ، حيث كانت دائما تأخذني الدهشة وتغمرني مشاعر العجب .. كيف يمكن لمثل هذا الكائن الآدمي المعقد أن يتكون بهذه الدقة في ٢٨٠ يوم فقط ؟!

وبولادتي لأطفالنا الخمس تعمق هذا الشعور في داخلي ، إذ كنت في كل مرة أنسا وزوجي نحتضن وليدنا الجديد ونشكر الله على عطيته الخاصة بنا. وفعليا ، فإن قدوم مولود جديد عادة ما يكون وقتا لتلقى الكثير من التهنئات والهدايا والكروت لهذا الحدث السعيد.

ومع كل هذه البهجة يبرز السؤال ، لماذا إذا
يحتاج وقت الولادة الى صلاة لأجل الشفاء الداخلى ؟!

ذلك لأن هذا الوليد الذى أتى بكل هذه البهجة
والسرور ، قد عبر لتوه واحدة من أقسى أحداث حياته
على الإطلاق بل وأكثرهم إيلاما ، وفى كل هذا نحن
غافلون تماما عن مأساته هذه. إننا ندرك جيدا آلام محاض
الأم والمتاعب التى تتعرض لها أثناء عملية الوضع ،
ولكننا فقط فى السنوات الأخيرة الماضية بدأنا نكتشف رد
فعل الطفل الوليد نفسه تجاه عملية الولادة.

وقد كان هذا نتيجة جهود طبيب التوليد الفرنسى
"فريدريك ليبوييه"، فهو أول من وجه إهتمام الطب الى
الأزمة التى يعبر بها الطفل الوليد أثناء عملية الولادة. حيث
يصور لنا فى كتابه "ولادة بلا عنف" ^١ التغيرات المدهشة
التي وجدها فى عمليات الولادة ، حينما صار كطبيب مع
المرضات أكثر حساسية لإحتياجات الطفل الوليد.

(١) Alfred A. Knopf , Publisher , New York, 1975

فيصرح دكتور ليبويه قائلًا: "إن مايجعل ولادتنا أمراً مرعباً هو إختبار الشدة التي تبدو مستمرة بلا نهاية وتنوع خبرات الضغط والإنقباض القوية التي تصل إلى حد الشعور بالاختناق. ويقول الناس ويصدقون أن الطفل الحديث الولادة لايشعر شيئاً ، بينما هو في الواقع يشعر بكل شيء. يشعر بكل شيء دون إختيار منه أو تمييز. فالولادة هي موجات متكررة من الإحساس تفوق أى تصورات لدينا. هي خبرة حسية هائلة لدرجة يصعب علينا تصورها".

قام د. ليبويه بتوليد أكثر من عشرة آلاف طفل ، أحضر الأف الأخيرة منهم إلى هذا العالم بإسلوب جديد من اللطف والمراعاة إبتكره هو بنفسه. فحيث أن الجنين في رحم أمه لم يكن معرضاً لأى أصوات صاخبة أو أضواء ساطعة ، فإن الدكتور ليبويه كان يخفض الإضاءة في غرفة الولادة إلى أقل مايمكن ويوفر جواً من الصمت التام فيما خلا التوجيهات الضرورية التي يصدرها همساً.

وبعد خروج الطفل مباشرة وهو لايزال يعد متصلاً

بالمشيمة ، يقوم الدكتور ليوييه بوضعه على بطن أمه لكي يحافظ على الألفة القائمة بين الأم والطفل. وفى هذا الوضع يضرب الطفل برفق لمساعدته على التنفس بالمعدل المناسب. وبالنسبة لعموده الفقرى الذى كان محنيا طيلة تسعة أشهر حسب الوضع الجنينى فإنه يجب ألا يفرد بطريقة مفاجئة كما جرت العادة على أن يحمل الطفل من قدميه ورأسه الى أسفل ويصفع على مؤخرته وذلك لتشجيعه على التنفس ، بل يجب أن يتم ذلك بكثير من الصبر والتفهم الشديدين من جهة فريق التوليد ، الذى يقوم أيضا بتمكين الطفل الوليد من الإنفصال بصورة تدريجية عن المناخ الواقعى الذى كان متوفرا له بداخل الرحم. وهكذا يتم تخفيض قسوة إجراءات الولادة بكثير من الاعتبار.^٢

والآن يمكننا أن نسأل أنفسنا هذا السؤال ، ترى هل تنتج مثل هذه الإجراءات الحذرة فى الولادة أى تحسين أو تطوير فى نمو الطفل فيما بعد ؟!

(٢) لمزيد من المعلومات عن الأطباء أو المستشفيات التى تستخدم هذه الطريقة ، أكتب إلى العنوان التالى:

National Association for the advancement of methods.
P.O Box 248455 , Coral Gables , Florida 33124, U.S.A

إنه لمن السابق لأوانه بعد أن نحكم على التأثيرات بعيدة المدى حيث أن هذه الطريقة لم تستخدم سوى في السنوات القليلة الماضية فقط ، إلا أنه في دراسة للأخصائية النفسية "دانييل رابابورت" بمجلس العلوم الفرنسي ، والتي قارنت فيها بين ١٢٠ طفل تتراوح أعمارهم فيما بين سنة وثلاث سنوات قد تم إحضارهم إلى الحياة باستخدام طريقة ليبوييه وبين عدد مماثل من الأطفال استخدمت معهم الطرق التقليدية في الولادة ، اختبرت دانييل المهارات والقدرات اللغوية والنمو العام لهاتان المجموعتان من الأطفال ، حيث وجدت أنه في كلا المجموعتين قد بدأ الأطفال في الكلام نفس السن وبالمعدل الطبيعي إلا أن أطفال ليبوييه قد بدأوا في السير مبكراً كما حققوا نمواً نفسياً أفضل بطريقة ملحوظة.

إن الدراسات المبكرة تشير فيما يبدو إلى وجود ما هو مفيد في هذا النظام. فالدكتور "تاتان هيرشن" الذي يعتمد طريقة ليبوييه في عمليات الولادة في ميامي بولاية فلوريدا الأمريكية ، يصرح بأنها وسيلة ممتازة للولادة ، حيث يقول:

"أنها لا تعطى فقط طفلاً أفضل بل أنها تعطى وحدة

أسرية أفضل، خاصة فى لحظات الضغط المشحونة بالتوتر، ولعل هذه الطريقة تدفع الأم أن تحاول الإستمرار فى هذا الإسلوب الرقيق من المعاملة مع الطفل فيما بعد.^٣

وهو يشرح لنا ذلك بقوله أن السماح للأب بالمشاركة فى عملية الولادة ذاتها بحسب إسلوب ليبوييه ، وإن كان بصورة مبسطة جدا مثل تحميم الطفل وملامسته، لهُ أمر يسمح للأب بأن يختبر الفة ووثام فورى مع هذه الخليقة الجديدة. ومثل هذه الروابط المبكرة يمكنها أن تخلق درجة عالية من الإحساس بالأمان بين جميع أفراد الأسرة.

ويخبرنا تقرير حديث عن عمل ثلاث أطباء توليد من نيوجيرسى قد قاموا بتطوير دور الأب الى ما هو أبعد من ذلك حتى أنهم قد شجعوا الأزواج على القيام بعملية التوليد ذاتها بجذب الطفل نفسه وإتمام ولادته.

(٣) كما هو وارد فى مقالة صحيفة بجريدة: "ذى ميامى هيرالد"

عدد ١٨ أبريل عام ١٩٨٠ ، بقلم المحررة "ايناناونتون".

فمنذ عام ١٩٧٤ قام "روبرت بلوك" و "روبرت ديلكز" و"مايرون ليفين" من تيرنرز فيل بنيوجيرسى بإتمام ٦٠٠ عملية ولادة قام بها الأب ، حيث أنه بمساعدة الطبيب والمرضة كان الأب يحمل الطفل بمجرد بزوغه ويضعه على صدر أمه ، بينما يقوم الطبيب بإجراء أية خياطة جراحية لازمة، وحتى الآن لا توجد أية حوادث مؤسفة. وبفحص إستطلاعات الرأى إستخلص الفريق الذى يقود هذه التجربة "أن الآباء الذين قاموا بتوليد أطفالهم نجدهم أكثر مساهمة فى العناية بهم وبتغذيتهم ، كما تبين أيضا أن العلاقات الزوجية تزداد قوة كنتيجة لهذه التجربة " ٤

لقد كتب الكثير من أهمية وجود "روابط عاطفية" فى المراحل المبكرة من الحياة ، بما فى ذلك من معانى الإتحاد والإلتصاق والمضى معا ، وهى ظاهرة تحدث أول ماتحدث من خلال حاسة اللمس ، حيث يكون للطفل قدرة مرهفة على إستشعار الأحاسيس من خلال بشرته.

(٤) مجلة 'PARENTS' ، أبريل ١٩٨١

فهو أثناء فترة الحمل قد كان محاطا بسائل أمينى يعمل كوسادة تحميه من الصدمات المفاجئة. وعند الولادة يكون جلده مغطى بالكامل بطبقة سميكة من مادة لزجة بيضاء تعمل على الحفاظ على حساسية الجلد. وبالتالي فإن التلامسات والملاطفات الرقيقة فى هذه الفترة المبكرة من الحياة تدفع الطفل الى أن يثق فى هؤلاء الأشخاص الذين يقومون برعايته. وخلال فترة وجودنا على هذه الارض فإننا نظل بحاجة مستمرة الى جرعات متكررة من التلامس والمعانقة لتؤكد بداخلنا الشعور بالإنتماء. ولعل هذا هو أحد الأسباب الرئيسية التى جعلت يسوع يلمس المحيطين به باستمرار خلال فترة وجوده فى الجسد فهو قد كان يدرك جيدا قيمة حاسة اللمس عندما كان يضع يديه على المرضى وعندما علم تلاميذه أن يفعلوا نفس الشيء.

أجرى الطبيبان "مارشال كلاوس" و "جون كينيل" الأخصائيين بمستشفى رينبو للاطفال بمدينة كليفلاند بولاية أوهايو الأمريكية ، أجريا أبحاثا موسعة عن أهمية التلامس المبكر بين الوالدين وأطفالهم. وفى أحد التجارب المحكومة بدقة قارنا أمهات كن يمضين ساعات طوال من

العلاقة الحميمة مع أطفالهن بفئة أخرى من الأمهات كن يتقابلن مع أطفالهن مقابلات قصيرة ومختصرة. فوجد أنه بعد إنقضاء شهر واحد على الولادة كانت الأمهات اللاتي لهن علاقات حميمة مبكرة مع أطفالهن أكثر حنوا عليهم بشكل ملحوظ ، بدا ذلك واضحا في كثرة تأملهن في أعين أطفالهن وتكرار هدهتهم ومداعبتهم بمحبة أكثر من الأمهات الأخريات. وبعد أنقضاء عام ، تم ملاحظة هؤلاء الأمهات في عيادة الطبيب وهن يلامسن أطفالهن بايماءات رقيقة وناعمة بدرجة أكثر من الأخريات. وحين بلغ الأطفال من العمر عامين كانت الأمهات من الفئة الأولى يتحدثن إلى أطفالهن بعدد أكثر من الكلمات مقتصرين في استخدام لهجة الأمر عن الفئة الأخرى من الأمهات. ويستخلص د. كينيل أن هذه الدراسات تشير إلى أنه "كلما وضعنا الأم والطفل معا مبكرا ولفترات ممتدة من الوقت ، كلما كان التأثير أعظم وأعظم." °

(٥) Maternal - Infant Bonding, Drs. Marshall Klaus & John kennel, Published by C.V. Mosly.

وفى هذا الخصوص تجدر بنا الإشارة الى أن هناك تلالا من الأبحاث العلمية التى قد نشرت مؤخرا عن تأثيرات عملية الولادة والساعات الأولى من الحياة على النمو النفسى والبدنى

للطفل فى المستقبل. وحيث أن معظم مواد هذه الأبحاث قد تم جمعها خلال السنوات الأخيرة ، فإنه سوف تتقضى سنوات أخرى عديدة قبل أن تتكون لدينا صورة متكاملة ومدروسة بخصوص تأثير هذه الفترة على النمو.

إن خبراتى فى الصلاة للشفاء الداخلى قد أقنعتنى أن معظمنا يحتاج إلى شىء من التحرر من آلام الصدمة التى صاحبت ولادتنا. حتى أن أكثر الظروف النموذجية لايمكنها أن تلغى تماما الخوف والإستثارة من عملية الولادة حيث أنه على ما يبدو أن الوليد يكون واعيا ومدركا لأغلب ما يحدث فى هذه اللحظات.

وقد ورد فى نشرة مارس لعام ١٩٨١ للجمعية الدولية لعلوم الولادة حوارين دارا بين إثنين من الأمهات وبين طفليهما البالغين من العمر عامين ، كل على حدة.

فى الحوار الأول ، كانت "ليندا ماثيسون" تحمم إينها
"تود" حين سألته قائلة:

الأم : هل تذكر يا "تود" كيف كانت ولادتك ؟

تود : لقد نزلت الى القنائة.

الأم : وبماذا شعرت عندئذ ؟

تود : مثل التمارين الرياضية .

الأم : وماذا حدث بعد ذلك ؟

تود : ١-٢-٣-٤-٥-٦-٧-٨-٩-١٠

الأم : وما الذى حدث عندما خرجت من القنائة ؟

تود : نور.

الأم : نعم كان هناك نور.. ، وهل كان هناك شىء
آخر؟

تود : كان الجو باردا !

الأم : وأين كنت قبل أن تولد يا تود ؟

تود : فى فقاعة خفيفة. ولكنها إنكسرت !

وفى حوار آخر بعد ذلك أعرب تود أنه كان قبل

ولادته فى بركة دافئة نائما على مايشبه فراش الطفل ، وقال

أنه كان خائفا من الأضواء التى كانت تسبق بالخارج.

هناك أما أخرى ، وهى "مارى هولتز" تقص
حادثة وقعت بينها وبين ابنها "جريجورى" البالغ من العمر
عامين ، عندما كانا يتطلعان من خلال منظار أطفال من
الطراز الذى يستخدم له صوراً دائرية صغيرة. وفى
اللحظة التى أتت الصور الى نهايتها أظهر المنظار لعينى
"جريجورى" قناة مظلمة فى نهايتها ضوء خافت. قبل هذا
الحادث بثلاثة أسابيع كان جريجورى قد سأل أمه من أين
قد أتى ، وهى قد أجابته قائلة: "لقد كنت فى داخلى ، فى
رحمى ، ثم خرجت عن طريق قناة الولادة."

وانتهى الأمر عند هذا الحد.

والآن وبعد أن نظر جريجورى إلى المنظار
الفارغ ، حدق النظر فى أمه وبلهجة تخلو من الدهشة قال
لها: "إنظرى يأمى ، إنسى قادم عبر قناة الولادة ، إنسى
أولـد."

الأم : وبماذا تشعر يا "جريج" ؟

جريج : إنها ضيقة جداً !

الأم : وماذا ترى !

جريج : ان الضوء ساطع جدا ! وكل الموجودين يرتدون معاطف بيضاء. حتى أبى ايضا.

وبعد هاتين المحادثتين ، نسي كلا الطفلين ما حدث. والآن وفي عامهما الرابع لايتذكرا شيئا عن ولادتهما بالمرّة ، حتى حينما يسئلا عن ذلك.

عندما شاركت هذه المعلومات مع زميلتى فى العمل "دايان براون" فما كان منها إلا أنها إختبرت نفس هذه الأسئلة مع حفيدتها "أليشا" البالغة من العمر ثلاث سنوات ، فحصلت على نفس النتائج المثيرة للدهشة. فربما إذا ما أصغينا عن قصد وبتركيز أكثر إلى أحاديث الصغار هذه ، "التخيلية" فقد نكتشف مخازن الذكريات الغنية والتي نحملها بداخل قلوبنا البشرية. وكما أشرنا من قبل فإن علماء النفس يعتقدون بأن العقل الباطن لاينسى أى شىء قد حدث فى حياة الشخص ، فحتى وإن كنا فى وعينا لا نستجمع أى ذكريات تخص ولادتنا ، إلا أن هذه الذكرى تظل باقية هناك بدواخلنا. فقد صليت مرات عديدة لأشخاص ليتحرروا من أى صدمات صاحببت عملية ولادتهم وقد كانوا يتذكرون بالفعل المشهد بأكمله عندما

كان يقفز إلى أذهانهم. وأحيانا كان البعض يصفون شعورا بالضغط على أجسادهم وهم يحسون بانتقالهم خلال قناة الولادة ، كما كانوا يختبرون شعورا خاطفا بالخوف للحظات عند تذكرهم مشهد الولادة.

وإنى هنا أود أن أؤكد أنه ليس من الضرورى أن نطلق خبرة الولادة مرة أخرى إلى السطح لكى يحدث الشفاء. فى الواقع أن الإسترسال فى العواطف فى الصلاة للشفاء الداخلى ، أحيانا كثيرة ما يسبب إعاقة لعملية الشفاء نفسها إذ قد يحول هذا التركيز والانتباه إلى المشاعر أكثر من العمل الداخلى الذى تحققه قوة الله الشافية.

فهناك بعض أشكال العلاج الشائعة فى هذا المجال تتطلب من الشخص أن يستعيد خبرة ولادته بكل تفاصيلها مع التعبير بالإنفعالات الحسية المناسبة حتى يحصل على الشفاء النفسى من هذه التجربة. أما الروح القدس فهو سيف ذو حدين ، من جهة فهو يعلن لنا عن إحتياجنا للشفاء وهو فى نفس الوقت غالبا ما يشفى ذكرياتنا المؤلمة من جهة أخرى. وقد يكون رد فعلنا لهذا الإعلان مصحوبا بالبكاء ولكن هذا ليس بالضرورى ، فالشفاء يحدث فقط

بسبب خضوعنا وإفئاحنا للمساة الرب وهو يستبدل الألم فى داخلنا بإحساس بالسلاام والراحاة.

حكاء إأءى الساءاء فى هاء المبال الإأبار
الألى ، عءما قالأ لى:

"عءما طلبأ من الرب يسوع أن يعوء بى إلى
لأظة ولأأى ، كئأ أشعر بأأوف بأرأة كبرىة.
فأ كان الأو على ما ببأ وقتئذ مشأونا بأأوأر
والناس من أوى يصيأون بأصواء عالية. لأأ
كانأ عائلأى أأما أأضأك بأأول بأأنى لم أأق
صبرا لكى أولأ أأى أن والأأى فأ لأأأنى فى
المأأ الأأفى من السياراة ببما كان والأى بأاول
أن بئأأها بأأصى سراءة إلى المسأشفى.

وبأسأأاة هاء اللأأاء مرة أخرى فى مأأأى
أأركأ عئأئذ لماأا كان هاء الأمر لأببأ إلى
بأضأك مأأأا. فأصوأ أبى كان أاضبا وهو
بأأب من أمى أن أأوأف عن كل هاء الضأاة وأنه
بأسن بها أن لا أأأب هاء الأأل فى سيارأه ،
ببما كانأ أمى أبكى وأصأأ بأأأاة هسأأأأ:

لا أستطيع شيئا ، إنها آتية " فى نفس اللحظة التى بدأت أخرج فيها إلى الحياة بالفعل. إن مشاعرى فى هذا الوقت كانت مملوءة بالذنب ، لقد إرتكبت شيئا أثار إستنكار والذى ، وإنه كان خطئى بالكامل.

ربما كان هذا هو سبب الشعور بعدم الإلتواء الذى صاحبنى دائما طوال حياتى.

عندئذ سئلت الرب يسوع أن يشفينى من هذه الذكريات وعلى الفور شعرت براحة وخلص من هذا التوتر. لقد كان هذا الأمر مثل ماء دافىء إنسكب على ليغسلنى من مشاعر الذنب. وأنا أعلم أن هذا الشفاء قد أثر بطريقة ما فى نظرتى لذاتى ، إذ أن أختى علقت مؤخرا على دخولى السريع إلى العالم وإستطعت ان أضحك على هذا الامر للمرة الأولى فى حياتى.

هناك أشخاص كثيرين لم يختبروا وضعاً درامياً مثل هذا عند ولادتهم ، ولكن مازال عندهم الإحتياج إلى الصلاة من أجل الشفاء الداخلى ، فالدخول إلى العالم ،

وحتى في أفضل الظروف ، يحمل بين جنباته عناصر التوتر والخوف التي يمكن لها بشكل غير واضح أن تعرقل بل وتعوق نموها النفسي. فأى حيد عن الإسلوب الطبيعي للولادة مثل إستخدام الملقط ، أو الولادة القيصرية، أو إنقلاب وضع الجنين ، أو الولادة المبكرة لأوانها ، أو ولادة التوائم ، أو الطلق المتطاوول ، ... إلى آخره. كل هذه الأشياء تشير إلى مناطق لدينا قد تكون بحاجة إلى شفاء. وحيث أن يسوع المسيح هو أمس واليوم وإلى الأبد ، فإنه يمكننا أن ندعوه ليريحنا من آثار هذه السلبات التي قد صاحبت عملية ولادتنا ، حتى يمكننا إختبار البهجة الحقيقية لعطية الحياة.

إنه لشيء مسر حقا ان نذكر المرات العديدة التي ذكر فيها يسوع كلمة "حياة" في تعاليمه. فإنجيل يوحنا يسجل ٣٤ مناسبة يخبرنا فيها المسيح يسوع أنه لايمكننا أن نختبر الحياة الحقيقية إلا في شخصه ، فمثلا في (يو ٦: ٦٣) يقول:

"الروح هو الذي يحيى ، أما

الجسد فلا يفيد شيئا. الكلام الذي

أكلكم به هو روح وحياة."

وأيضاً فى تلك الكلمات الحلوة حيث يصف نفسه بأنه
الراعى الصالح ، فيقول:

" قد أتيت

لتكون لهم حياة

وليكون لهم أفضل."

(يو ١٠: ١٠)

وبينما نحن نأتى إلى هذه الصلاة لطلب الشفاء ،
دعونا نسأل الرب أن يحررنا من أية أشياء تمنعنا من أن
نختبر فيض الحياة بملئها.

صلاة :

يسوعى العزيز ، إنى أسألك أن تعود بى إلى
لحظة ولادتى ، لحظة مجيئى إلى هذه الحياة. أرجوك
خلصنى من أى خوف قد أكون شعرت به حين إعترضت
تقلصات المخاض سكينتى وهدوئى الذين كنت أتمتع بهما
فى رحم أمى كى تدفعنى للمرور فى قناة الولادة.

يارب ، دع لمستك الرقيقة تهدىء مخاوفى وتعيد
الطمأنينة إلى نفسى بأنك سترعائى خلال مرورى بهذه
القناة المظلمة.

يايسوع ، إنى أسألك أن تشفينى من أى مضاعفات
صاحبت ولانتى. إذا كان الطبيب قد إضطر أن يستخدم
الجراحة أو أن يجرى عملية قيصرية أو أن يصحح أى خطأ
فى وضعى داخل الرحم ، أو أن يستخدم أية وسائل غير
طبيعية فى ولانتى ، فإنى أرجوك يايسوعى أن تخلصنى من
أى تأثير سلبى قد يكون لهذه الوسائل على نموى. أعطنى
النعمة لأستوثق نفسى بالكامل فى رعايتك وأن أقبل عطية
الحياة التى تعطينى إياها من خلال والدى ، لأقول "نعم يارب،
أنا أريد أن أولد ، إنى أرغب فى أن آتى إلى هذه الحياة."

يايسوعى إغسلنى من كل شعور بالذنب قد يكون
عالقاً بى بسبب الآلام والمعاناة التى قد سببتها ولانتى لأمى ،
وإذا كانت أمى قد إستمريت تعانى من أى صدمة نفسية أو
جسدية قاسية كنتيجة لولانتى ، أو إن كانت مضاعفات
ولانتى قد أدت إلى وفاتها فإنى أرجوك أن تحررنى من
ثقل الإحساس بالمسئولية لهذا الوضع الذى يتقل كاهلى.

ساعدنى لكى أقبل غفرانك الذى يغسل كل مشاعر الذنب هذه،
وحتى يمكننى أن أغفر لنفسى وأن أتقبل نفسى بالكامل.

يايسوع ، أنا أوّمن أنك كنت حاضرا عند لحظة
ولادتى لأنك قلت ذلك للتلاميذ:

"وها أنا معكم كل الأيام إلى إنقضاء الدهر."
(مت ٢٨: ٢٠) ، لذلك فعند خروجى من ظلمة الرحم إلى
أضواء هذا العالم ، أنا أسألك أن تستقبلنى بين ذراعيك
وأن تضمّننى إلى قلبك وتملئنى بالشجاعة والثقة فى
مواجهة أخطار هذا العالم.

ساعدنى أن أثق فى أن حبك يحيط بى بطريقة
خاصة ليحمينى فى أوقات الآلام والأزمات ، تماما كما
تقول كلمات الكتاب:

"هل تنسى المرأة رضيعها فلا ترحم ابن بطنها ؟
حتى هؤلاء ينسون
وأنا لا أنساك.

هو ذا على كفى نقشتك ..."

(أشعيا ٤٩ : ١٥، ١٦)

يايسوع ، إزفر بأنفاسك وبروحك فى رثتى لتكون
أولى لحظات حياتى مباركة من قبلك. حررنى من أى
خوف من الموت ، أو أى قلق غير طبيعى على صحتى
قد يكون تسرب لى نتيجة لمحاولات إنعاشى بطريقة
صناعية أو نتيجة لولادتى قبل موعدى ، أو نتيجة لأية
مضاعفات أخرى. إسمح لى أن أختبر بهجة وحرية
جديتين يحيطان بعطية الحياة التى منحتها لى عن طريق
والداى.

إنى أشكرك على أبى وأمى الذان قد أتيا بى إلى
هذه الحياة وأسألك أن تباركهما بصورة خاصة اليوم.
وبينما أنا أتأمل فى لحظات ولادتى ، أسألك يايسوع أن
تضعنى برفقة بين ذراعى أمى ، إربطنا سوية برباط قوى
من المحبة التى تمكننى من الإحساس بالأمان فى تقبلها
لى. عوض أى نقص فى الحب بيتنا بمحبتك الكاملة.

وبنفس الإسلوب ، أسألك أن تضعنى بين ذراعى
أبى حتى ما أختبر تقبله لى كطفل له. إشفنى من أى
إحساس بالرفض أو عدم التقبل يمكن أن يكون قد تسال
إلى داخلى ، ولتحوطنا بتأييدك الكامل لوجودى.

"لأنك أنت إقتنيت كليتى ،
نسجتنى فى بطن أمى.
أحمدك من أجل أنى قد إمتزت عجباً.
عجيبه هى أعمالك .."

(مزمور ١٣٩ : ١٣-١٤)

إنى أسبحك على الطرق التى تشفى بها نفسى من
الظلمة التى قد صاحبت ولادتى ، كيما أستطيع بحق أن
أدخل الى روعة وجمال هذه الحياة.

أمين

الفصل الرابع

الطفولة المبكرة (المهد)

يحكى "سالمين" أحد كتاب القرون الوسطى عن تجربة أجراها "فريدريك الثانى" الإمبراطور الرومانى المقدس وملك صقلية فى القرن الثالث عشر، قائلا:

"لقد أراد أن يرى أى لغة وما هى طريقة الكلام التى سوف يتكلم بها الاطفال حين يكبرون إذا لم يتحدث إليهم أحد أثناء نموهم. لذا فقد أمر المرضعات والممرضات أن يرضعن الصغار ويحمنهم وينظفونهم دون أن يتكلمن إليهم كلمة واحدة أو حتى يداعبنهم ، لأنه أراد أن يرى ما إذا كانوا سيتحدثون العبرية لأنها الأقدم ، أم اليونانية، أم اللاتينية ، أم العربية ، أو ربما يتحدثون بلغة آبائهم وأمهاتهم الأصليين. لكن مجهوداته قد ضاعت كلها هباء إذ أن جميع الصغار قد ماتوا. ذلك لأنهم لم يستطيعون العيش

دون التدليل والإبتسامات والكلمات الحانية من مربيائهم".

وبعد تاريخ هذه القصة بسبعمئة عام أجريت دراسات مطولة فى مؤسسات تربية الأطفال وجاءت النتيجة مؤكدة تماما لرواية هذا المؤرخ القديم ، "أنهم لا يستطيعون العيش بدون التدليل والإبتسامات والكلمات الحانية".

فى العقد الثانى من القرن العشرين كانت نسبة الوفيات للأطفال الذين لم يكملوا عامهم الأول ، فى مختلف مؤسسات الأيتام الأمريكية تقترب من المائة بالمائة. ذلك كان عام ١٩١٥ حين كشف "د. هنرى دويت تشابين" عن هذه الفضيحة المذهلة فى تقريره عن أطفال الملاجئ فى عشرة مدن مختلفة. حيث أظهر هذا التقرير أنه فى جميع الملاجئ - عدا واحدا - كل الأطفال دون العامين قد ماتوا. بل إن معدل الوفيات فى دار واحدة كان عاليا بالدرجة التى صار بها من المؤلف أن يكون كل رضيع عند دخوله إلى هذه الدار هو حالة ميئوس منها.

فى كتابه عن أهمية التلامس^١ يصف لنا "أشلى مونتاجو" دراسات د. "فريتز تالبوت" الذى أدخل ممارسة الرعاية الحانية والعطف إلى الحضانات الأمريكية. فبينما كان د. تالبوت فى المانيا خلال الحرب العالمية الأولى زار مستشفى الأطفال فى "دوسلدورف" ولاحظ أن العنابر نظيفة ومرتبّة ، لكن الشئ الذى أثار فضوله هو وجود عجوز بدينة تحمل طفلاً فى حضنها. ولما إستعلم عنها أجابه المدير قائلاً: "إنها العجوز "أنا" عندما تفشل كل محاولاتنا الطبية ولا يتحسن الطفل نسلّمه إلى العجوز "أنا" وهى تتجح دائماً".

لقد كانت مهمة د. تالبوت شاقة فى تقديم هذا الحل السهل لمؤسسة الأطفال الأمريكية ، إذ كانت البلاد فى ذلك الوقت متأثرة بأراء د. "لوثر هولت" التى نشرها فى كتيب بعنوان "رعاية الأطفال وتغذيتهم" ، أوصى فيه د. هولت - وهو أستاذ طب الأطفال بجامعة كولومبيا - بإلغاء السرير الهزاز ، وبأن لا يحمل الطفل عندما يبكى.

(١) Touching: the Human Significance of the Skin, Harper and Row, 1971.

كما أوصى أيضا بأن يقدم له الطعام حسب مواقيت دقيقة
وإلا يفسد بكثرة التدليل.

ظلت تلك الطريقة فى العناية بالطفل قائمة إلى
الوقت الذى أعقب الحرب العالمية الثانية حين أثبتت
الدراسات أن ممارسة "محبة الأم" أسفرت عن نتائج
مبهرة مع الأطفال الذين كانوا يرفضون تناول الطعام
ويموتون من نقص التغذية ، فقد كانت هذه الحالة التى
يطلق عليها "الهزال التدريجى" مسئولة عن غالبية
وفيات الأطفال. ففى مستشفى "بيلفيو" للأطفال بنيويورك
إنخفضت نسبة الوفيات بين الرضع من ٣٥% إلى أقل
من ١٠%، وذلك عندما أعطيت التعليمات أن كل طفل
يجب أن يحمل وأن تقدم له المحبة والأمومة بصورة
متكررة على مدار اليوم.

كتب "أشلى مونتاجو" قائلا : "إن كل ما يحتاجه
الطفل لكى ينمو صحيحا .. هو أن يلمس وأن
يحمل وأن تقدم له القبلات والأحضان علاوة على
التدليل والملاطفة .. فعلى ما يبدو أنه حتى وإن لم
تتوفر عناصر أخرى كثيرة فإن تلك هى الخبرات

الأساسية التي لا بد وأن يحصل عليها الطفل لكي
يحيا صحيحاً".

ألقى مؤخراً د. "ت. برى برازيلتون" رئيس وحدة
نمو الطفل بمستشفى بوسطن الأمريكية للأطفال ، ألقى
الضوء على هذا الموضوع بصورة جديدة في تقرير
حديث له عن زيارته لملاجئ الأيتام الكمبودية المتكدسة
بالأطفال ، حيث كانت معسكرات الأيتام على الحدود
التايلاندية وحدها تضم ٣٥٠٠ طفل. وكانت كل واحدة من
الفتيات الأيتام الكبار مكلفة برعاية أربعة أو خمس من
الصغار الذين لم يكملوا العام من العمر. ولما كانت
هؤلاء الفتيات قد تعرضن أيضا لنفس أهوال الحرب فإنه
لم يكن لديهم ما يستطيعون تقديمه لهؤلاء الأطفال
الموضوعين تحت رعايتهم ، ففي أحسن الأحوال كن
يحملن الطفل المفضل لديهم ويتجولن به طوال اليوم. يقول
د. برازيلتون:

"لقد وجدتني أستطيع أن أميز الأطفال
المفضلين وأنا واقف في مدخل غرفة الأطفال.
فعندما كنت أسير في الغرفة وأنادي كان ذلك

الطفل المفضل ، اليقظ ، يتحول بنظره إلى،
فهو وحده الذى يستطيع أن يلتفت ويدندن
ويبتسم ... أما باقى الأطفال فكانوا مكتئبين
للغاية ، ليس لديهم أية خبرات فى تبادل
الحب ، الأمر البالغ الأهمية للنمو الطبيعى
للطفل. إنهم يرقدون على ظهورهم طوال
اليوم حتى نحل الشعر بمؤخرة رؤسهم. لقد
تم إنقاذهم من الموت وهم أحياء الآن ، ولكن
نوعية حياتهم الآن بل وفى المستقبل أيضا
هى بالتاكيف محل تساءل كبير. لقد تعلمنا
مؤخرا من خبرة العمل فى البلاد النامية أن
الأطفال الذين يتعرضون لسوء التغذية
ويفتقدون المناخ الإيجابى فى طفولتهم ، عادة
ما يكونون غير قابلين للتعلم حين يصلون إلى
الصف الأولى من الدراسة".^٢

(٢) تقرير د. ت. برى برازيلتون ، مجلة "الكتاب الأحمر" ، أبريل ١٩٨١.

ويبدو أن كل هذه الدراسات والأبحاث تصل إلى نفس النتيجة من حيث أن أساسيات الصحة النفسية للطفل لابد وأن ترسى قواعدها أثناء فترة الطفولة المبكرة هذه ، كما وتظهر أيضا غالبية الدلائل أن الحب والعواطف التي يستقبلها الطفل من الأب أو الأم خلال السنوات الثلاث الأولى من عمره هي التي تحدد مسار النمو العاطفي لهذا الطفل في بقية حياته. أثناء سنوات عملي كمرضة بمستشفى ولادة كانت الأمهات الجديرات يطلبن مني النصح بشأن رعاية أطفالهن. وكنت أشجعهن بحماس على الرضاعة الطبيعية وعلى أن يحملن أطفالهن بغض النظر عن الطريقة. وبجانب حماسي الشديد لهذه النصيحة فإني أود أيضا أن أضيف وأن أشير إلى أهمية التدليل والمداعبة (اللمس) ، والوجه المبتسم (النظر) ، والكلمات الحانية (السمع) بالإضافة إلى الشم والتذوق ، وهي الاحتياجات الضرورية لأجل طفولة صحيحة. إن الغناء والإبتسامات المتبادلة وحتى كلمات المداعبة كلمات التي لا تحمل معاني معينة ، وأيضا المناوشات الساذجة بين الوالدين وطفلهم هي التي تشكل وتؤلف المحبة والعواطف بطريقة عملية. تلك النوعية من التفاعلات يجب أن يمارسها كلا

من الأب والأم لكى يمدا الطفل بمصدر وحافز غنى للحياة الاجتماعية. لقد كان "سيجموند فرويد" يميل إلى الاعتقاد بأن تعلق الطفل بأمه يرجع إلى كونها مصدر الإشباع بالنسبة له من الناحية الغذائية. إلا أن الطبيب النفسى البريطانى "جون بولبى" يعتقد أن هناك غريزة عميقة لدى الأطفال فى الارتباط برمز معين وفى أن يميزوا بينه وبين كافة الرموز الأخرى ، وأما هذا الرمز فهو الوجه المبتسم أكثر منه الشخص الذى يعطى الطعام ، فى حالة عدم اجتماع الصفتين فى رمز واحد . فعلى سبيل المثال فى بعض المزارع الجماعية لدى اليهود (الكيبوتز) حيث يوجد نساء أخريات غير الأمهات يقمن بتغذية الأطفال ، إلا أنه وعلى الرغم من ذلك فإن الأم تبقى هى الرمز الأساسى الذى يتعلق به الطفل.

إن أهمية التفاعل بين الأبوين والطفل لا تحتاج إلى مزيد من التأكيد. فلقد شرح الدكتور برازيلتون للقائمين برعاية الطفل فى الملاجئ الكمبودية كيف يلعبون الأطفال الرضع ويتحدثون إليهم ، ولقد أدهشهم أن يروا طفلا كانت له نظرات رجل عجوز قلق تتحول

ملاحم وجهه إلى البقظة والإنصات بينما كان الدكتور برازيلتون يداعبه.

"طفلا آخر يبلغ من العمر عشرة أشهر أدخل البهجة في قلوب المسئولين عن الملجأ - يقول د. برازيلتون - عندما أخذ يقلدني وأنا أنبش بقلمى على قطعة من الورق. لم يكادوا يصدقون أن طفلا فى هذا السن يملك كل تلك الحيوية والتجاوب".

وكما ذكرت فى الفصل السابق أن الطفل ليس كائننا سلبيا ولكنه كيان إنسانى شديد التعقيد وشديد الحساسية للعالم المحيط به، فإن الطفل أيضا يكون على دراية تامة بالمناخ العاطفى السائد فى المكان الذى ينشأ فيه بل ويستطيع أن يظهر رد الفعل المناسب له. أتذكر موقفا حدث معى حين كان ابنى "كريس" يبلغ من العمر بضعة أسابيع ، وكنت غاضبة بسبب تعطيل ماكينة الغسيل وقد كانت أكوام الحفاضات وملابس الأطفال المكدسة فى أنحاء المنزل - كان ذلك قبل إكتشاف البامبرز - تعبئ الجو بروائح غير مستحبة مما زادنى شعورا بالإنزعاج وبينما كنت أحاول أن أناقش الأمر مع السيدة المسئولة

إستيقظ الطفل وابتدأ يصرخ بكل قوته ، ولم أنجح فى أن أهدئ من روعه بأى قدر من الإهتمام. حتى مرت على صديقة لزيارتى وإلتقطته بين ذراعيها فنام على الفور. كانت تلك هى التجربة الأولى فى سلسلة طويلة من المواقف التى واجهتتى فى تربية أولادى والتى علمتتى حقيقة كون الطفل حساسا لمشاعر الآخرين. بالطبع هناك مواقف يكون فيها الطفل الرضيع نكدا ومتضايقا دون التعرض لمؤثرات خارجية إلا إن هذا أيضا لا يعطينا الحق فى أن نهمل واجبنا كوالدين فى هذا المجال. تحضرنى بهذا الصدد كلمات الصحفى الشهير "سيدنى ج. هاريس" حيث يقول:

"لقد بات من المألوف لنا الآن أن طفلا فى الثالثة أو الرابعة من عمره يستطيع أن يلتقط أى لغة أجنبية بسهولة إذا تحدث بها من حوله الآخرون ، حتى ودون أى محاولة مقصودة لتعليمه. إلا أننا مع ذلك نرفض أن نسلم بأن الطفل فى نفس العمر يلتقط مواقفنا اللاشعورية وأحكامنا المسبقة حتى دون أن يتلقاها... وعادة ما يحتفظ بها الطفل أكثر من أى تعليم آخر يسمى يتلقاه".

ولذا فإن محاولة خلق جو من التفاعل الصحى بين الوالدين والطفل عادة ما يكون له عظيم الأثر فى المراحل اللاحقة من حياة الطفل. لقد أعطتلى خدمة الصلاة لأجل الشفاء الداخلى فرصا ثمينة للصلاة مع مئات الأشخاص ، وكثيرا ما كنت أشعر بقيادة الروح القدس لى إلى أن أصلى بالتحديد لأجل فترة الطفولة المبكرة من حياتهم مع تأكيد خاص على الصلاة لأجل شفاء الأخطاء فى العلاقة بينهم كأطفال وبين والديهم. إن الذكريات الحقيقية (أو التخيلية) للشعور بالتجاهل أو التعرض للإيذاء وإساءة المعاملة أو الترك والرفض ، مثل هذه الذكريات عادة ما يكون لها أثر واضح وأكيد على قدراتنا على التكيف مع متطلبات الحياة الغير متناهية. وهنا ومرة أخرى أجد من الضرورى على أن أذكر إحدى خصائص العقل البشرى ، حيث أنه يضخم الأحداث السلبية بينما يميل إلى تجاهل الذكريات الإيجابية. ذلك لأن تلك الأولى تتحدث بصوت عال بداخلنا. فالإنفعالات المرتبطة بالخوف والألم والغضب.. إلى آخره تظهر على هيئة نبضات قوية فى جهازنا العصبى حتى أنها تصير محفورة بصورة دائمة فى عقلنا الباطن. بينما الذكريات اللطيفة لأوقات السعادة

والمرح ، والدفع والسلام لا تتشئ بداخلنا نفس هذه الإستجابات الغامرة ، ومن ثم فهى لا تسجل بنفس هذا التأكيد الواضح. ورغم ذلك فإن كل حدث يمس حياتنا إنما يختزن بمكان ما بداخلنا ، حتى وإن مضى عليه زمانا طويلا ، وقد أظهر أطباء الأعصاب هذه الحقيقة عن طريق إستثارة هذه الذكريات المكبوتة لدى المريض الذى يتم تخديره موضعيا ، وبمس مناطق معينة من المخ بتيار كهربى ضعيف جدا. فإن مثل هذه الإستثارة للذكريات الدفينة عادة ما يتيح للمريض أن يصف مشاهد الماضى بأدق التفاصيل حتى إلى ولون السجادة والنقوش التى عليها والروائح المنبعثة من المطبخ. هكذا ومع مرور الوقت إزداد تقديرى لقيمة الصلاة لأجل الشفاء الداخلى لفاعليتها فى تحريرنا من ثقل مثل هذه المواقف الدفينة المؤلمة كى نستطيع أن نصرف قدرا أكبر من طاقتنا فى إدراك مواطن الجمال فى نفوسنا.

يقدم لنا الآب "تيد دوبسون" مثلا جيدا لهذا الأمر فى كتابه "شفاء النفس - تأكيد الله الرائع". إذ يصف لنا مقابلاته الأولى مع الشفاء الداخلى وذلك منذ عدة سنوات مضت حين

أتى إلى منزلنا طالبا الصلاة لأجل مشكلة ما فى إروشيمته. لكنى وأثناء حديثى معه إتضح لى أن هناك إحتياج أعمق فى حياته. لقد قابل تساؤلاتى عن طفولته بحساسية ملحوظة، إذ كان قد عقد العزم على حل مشاكله الحالية المتعلقة بوظيفته ككاهن فحسب. وعلى الرغم من ذلك فقد واصلت أسئلتى بإصرار حتى أعطانى أخيرا وصفا سريعا عن خلفيته التى قد جاء منها. إلا أن هذه المعلومات كانت على قدر كبير من الأهمية منذ أن نطق جملته الأولى قائلا:

"أعتقد أنى لابد وأن أبدأ أولا بأن أخبرك بأننى طفل متبنى".

وصنع بقية حديثه معى خلفية واضحة بينما كنت أستمع لإرشاد الروح القدس ، ومن ثم أدركت إحتياج تيد العظيم للشفاء الداخلى. فشرحت له كيف أن انفصالنا عن أبويننا الأصليين عادة ما ينشئ داخلنا إحساسا بالرفض التام لأنفسنا. وعلى الرغم من الحب الذى نحصل عليه ممن قد تبنونا إلا أنه يظل بداخلنا جزءا من الفراغ العاطفى تعجز أى بدائل أخرى عن ملئه. وظل تيد يقاوم هذه الفكرة ويخبرنى بأنه قد علم بأمر تبنيه هذا منذ كان فى الثالثة من

عمره ، وأنه قد قبل هذه الحقيقة وأنه لم يعد هناك أية مشكلة فى الأمر بالنسبة له. وبعد تردد شديد سمح الآب تيد لى بأن أصلى معه لأجل هذه المنطقة فى حياته عاقدا العزم على أن يحتفل مهما طال الوقت حتى يستطيع أن يتحرر من آثار هذا الأمر عليه. ويروى لنا الآب تيد هذا الحدث قلئلا:

”لم أكن أتصور أن يكون للماضى مثل هذا التأثير الهائل على حاضرننا ، كما لم أكن أتصور أن يستطيع اللاشعور أن يحتفظ بالذكريات حية ومؤثرة هكذا رغم أن العقل الواعى قد تعامل مع المسألة منذ زمن بعيد . ولم أكن أدرك أيضا ماذا تستطيع الصلاة أن تفعل بهذا الشأن. لكن شيئا ما قد بدأ يحدث ... فبدأت أبكى. وكنت أسمع كلماتها تأتي من مكان عميق فى داخلى ، مكان لم أكن قد لمستَه أبدا من قبل. لقد تكلمت إلى بإسم والدى الأصليين وأخبرتني أنهما قد شعرا بالأسف لأنهما أعطيتنى الحياة ثم اضطرا لأن يتركاني ، وإنما كان هذا أفضل ما

إستطاعاه تجاهى فى ذاك الوقت. فإستطعت أن
أغفر لهما، ثم تحدثت لوالدى الذى قد تبنيانى
وأخبرتهم عن مدى أسفى لأنى كنت أنفسس فيهما
عن مشاعرى تجاه والدى الأصليين. وفتحت
نفسى للحب الذى كانا يحاولان أن يعطينى إياه
فى كل سنى حياتى الماضية".

يروى تيد عن الشفاء والتحرير الهائل الذى قد
حققته له هذه الصلاة. ففى غضون أسابيع قليلة بعد هذه
الصلاة إختبر تيد شعورا بأن طبقات من الظلمة الكثيفة
قد بدأت تنقشع من على كيانه الداخلى بينما كان شعوره
الدائم بالإكتئاب يتبدد. وقد بدأت حياته الروحية تقفز
قفزات واسعة. وإن إسهامات تيد فى مجال خدمة الشفاء
من خلال حلقات المناقشة والصلاة ، والكُتب والشرائط
المسجلة لهى فعلا دليل كاف على التأثيرات المستمرة
لمثل هذه الصلاة. لقد كان بداخله منطقة متألّمة ومحتاجة
إلى التحرير قبل أن يتمكن من أن يرى روعة وإشراق
إنسانه الداخلى ، وأن يصبح الخادم الذى يريده الله.

من الجدير بالذكر هنا أن نلفت الإنتباه إلى أن ذكريات الماضي لا تتمحى بعد هذه الصلاة ولكنها تفقد تأثيرها السلبي بسبب حضور المسيح الشافي فينا. فمن الممكن أن نتذكر إختبارنا للحزن والألم ، إلا إن هذه الذكريات لا تعود وتمنعنا من التلامس مع الصلاح الساكن فينا. كما أن وعينا بصراعاتنا الداخلية يجعلنا أكثر حساسية وتعاطفا مع مشاكل الآخرين. فكثيرا ما يحدث هذا الأمر ، أنه عندما نشفي من ذكريات معينة يرسل الرب لنا أشخاصا يعانون من ظروف مشابهة كي نخدمهم. إلا إننا قد نميل إلى تجنب مثل هذه الخدمة إلى أن نتحرر بالكامل ، لكن الروح القدس عادة لا يعمل على هذا النحو. بل كما علمنا يسوع قائلا:

"إعطوا تعطوا كيلا جيدا ملبدا مهزوزا فائضا يعطون في أحضانكم. لأنه بنفس الكيل الذي به تكيلون يكال لكم."
(لو ٦ : ٣٨)

فبينما نعمل على تخفيف آلام الآخرين فإننا سوف نعطي نعمة للتغلب على مشاكلنا الشخصية.

إن خبرتى مع الصلاة لأجل الشفاء الداخلى لهذه الفترة المبكرة من العمر قد أعطتني مزيد من الإستبصار بأهمية وجود السيدة العذراء فى حياة المسيح يسوع. فالسيد المسيح قد علم بأهمية العلاقة الصحية بين الأم والطفل حين إختار أن يولد من امرأة. لقد كانت لديه المقدرة لأن يأتى إلى العالم كإنسان بالغ وكامل النضج ، وبهذا يتلافى العبور بمراحل النمو المختلفة. إلا أن الكتاب المقدس يؤرخ بوضوح رغبة السيد وإستعداداه لأن يضع نفسه فى النظام العائلى الذى قد خلقه الأب. فيسوع قد نمتى وكبر تحت سلطان والديه "وكان يتقدم فى الحكمة والقامة والنعمة عند الله والناس." (لو ٢ : ٥٢)

إن أهمية هذا الفعل من المسيح قد صارت واضحة تماما بالنسبة لى بعدما إنخرطت فى خدمة الصلاة لأجل الشفاء الداخلى وأصبحت مدركة لأن كثير من جراح الماضى ترجع إلى اضطراب فى العلاقة الأولية بين الأم والطفل والتى عجزت أى من طرق العلاج المعتادة فى تصحيحه . وبمرور الوقت أخذت فى ملاحظة التغيرات الدرامية التى تحدث فى حياة الأشخاص الذين

يعانون من ذكريات مؤلمة بخصوص أمهاتهم حين كانوا يسألون الرب يسوع أن يرد لهم علاقة الأمومة التى قد سبق وفقدونها بطريقة أو بأخرى. عادة كانوا يختبرون نوعا من الشعور بالراحة والسلام ينبع من دواخلهم منشئا إحساسا بالخير والسعادة. وقد وصف أحدهم هذا بأنه أخيرا شعر بالإنتماء إلى شخص ما يعتنى به حقيقة.

إنى أتذكر صلاتى مع خادم إنجيلى كانت خدمته قد أصبحت مهددة بسبب نوبات الإكتئاب المتكررة التى كانت تواتيه من وقت لآخر. وكان قد لجأ إلى طلب مساعدة نفسية متخصصة من قبل وتوصل إلى أن مشكلته ترجع إلى موت والدته المفاجئ حين كان فى الثالثة من عمره. وهو قد تربى بعد ذلك فى عدة بيوت مختلفة حيث نال قسطا قليلا جدا - وربما لم ينل على الإطلاق - من العطف والحنان ، وقد عبر عن ذلك فيما بعد قائلا: "كانت طفولتى تبدو كفراغ كبير ينتظر ما يملئه". وكان هذا الخادم قد أتى لحضور إحدى الحلقات الدراسية عن الشفاء الداخلى بعطلة نهاية الأسبوع. وكان اليوم السبت حين لحق بالحاضرين فى المكان وكنت عندئذ أصلى لأجل

الشفاء الداخلي لفترات مختلفة من العمر في حياة الحاضرين. ولم يكن يبدى أى تجاوب حتى أتيت إلى الصلاة لأجل سنوات المهد والطفولة المبكرة حيث طلبت من الرب أن يمنحنا الحب الأمومي الذى ربما نكون قد إفتقدناه بطريقة أو بأخرى ، وأن يسدد أى عجز فى علاقاتنا بأمهاتنا. عندئذ صار يقاوم بشدة معتقدا بأننى أحاول أن أفرض عليه بعض الصلوات التقليدية. وفى هذه اللحظة سمع صوت يسوع يحدثه فى أعماق قلبه قائلا: "لا تخف من أن تقبل حبنى الأمومي ، فهو لن يبعدك عنى". حينئذ إفتحته فيض من العواطف حين أخذ يتصور وجهها جميلا وعينين رقيقتين وذراعين مفتوحتين لإستقباله. سنوات من الوحدة أخذت تزول وتتمحى هذا المساء حين بدأ هذا الفراغ العميق يمتلئ بالنور.

ولعل التركيز على دور الأم فى المرحلة الأولى من حياة الطفل لا يأخذ أنظارنا بعيدا عن أهمية علاقة الطفل بأبيه . فيمكننا أن ننظر إلى حياة يسوع وإلى إسهام يوسف المتميز فى العناية به كطفل ، حيث نرى يوسف كمثال ممتاز لأهمية حساسية الأب للروح القدس. فإن

عمق علاقته مع الله ورغبته فى الخضوع لمشیئة الله الآب
هما العاملان اللذان قد وفرا الحماية والإرشاد والقوة لحياة
الطفل يسوع. والآن تشير كل الدراسات الحديثة عن
علاقة الآباء بالأبناء إلى أن غياب الأب أو تقصيره فى
الرعاية العاطفية هو أحد العوامل الأساسية المسببة
للجرائم التى يرتكبها الأحداث والتى تتزايد بمعدل مزعج.
وكما ذكرت سلفا فإن الآباء الآن يعطون الفرصة
 للمشاركة فى علمية توليد أطفالهم فى غالبية المستشفيات ،
وذلك لتشجيعهم على القيام بدور أكثر إيجابية فى عملية
تربية الأولاد بكل مراحلها.

لقد ضرب "بن" زوجى مثالا رائعا فى الرعاية
الأبوية. فى المراحل الأولى لحياة أبنائنا لم يتردد أبدا فى
إحتضانهم واللعب معهم وإطعامهم والتغییر لهم أيضا عند
الإحتیاج. وإننى أعزى ما يتمتعون به من صحة نفسية إلى
تضامن جهودنا وتصميمنا لأن نعطيهم أكبر قدر ممكن من
الحب والرعاية. لقد صار من المنطقى أن الطفل يستطيع
أن يصل إلى مرحلة النضج بلا مشاكل إذا ما تمتع
بالرعاية النفسية الصحيحة من كلا الوالدين ، وإن فقدان

الطفل لأحد والديه سواء بالموت أو بأي شكل آخر للإنفصال إنما يسبب جرحا عميقا لكيانه الداخلي. لكننا حتى وإن لم نختبر مثل تلك الصدمات الواضحة خلال طفولتنا المبكرة إلا أن عقلنا الباطن قد يظل محتفظا بأثار مبهمة للإنزعاج مما يسبب المشااكل فى نمونا العاطفى. ولذلك فإن محاولة التعرف على أسباب الألم الداخلى عادة ما تكون أكثر يسرا إن كنا على دراية بالمواقف التى أدخلت الحزن والأسى إلى حياتنا.

قد يشعر الأشخاص الذين قد تربوا فى أحضان والدين سخييين فى العناية بهم ويبدلان قصارى جهدهم لتسديد إحتياجات فلذات أكبادهم ، قد يشعر هؤلاء الأشخاص بالخيانة حين يتفكرون فى عدم كمال والديهم. إلا أنه ، وكما ذكرت سابقا فبسبب عدم كمالنا لا يستطيع الوالدان أن يقوموا بالعناية بأطفالهم بطريقة مثالية بالكامل وبلا أخطاء. فكل منا ، بغض النظر عن رغبتنا فى أن نحب أولادنا ، يفشل فى بعض الأحيان فى تسديد إحتياجاتهم. مما يترك لدى الطفل شعورا مبهما بالإهمال أو نقص الحب. ولأن الأطفال بطبيعتهم متركزون حول

ذواتهم تماما بل ويستوعبون كل شئ - حسب عالمهم الصغير - وكأنه يدور فى فلكهم الخاص ، فإن أى خرق حتى ولو كان طفيفا لهذا المنوال فإنه يفسر لديهم على أنه نقص فى المحبة مما قد يؤدى بطريقة خادعة إلى تشويه حقيقة إستيعابهم لذلك فى المراحل اللاحقة من عمرهم.

إن محبة يسوع المسيح الشافية هى فقط التى تحل مشكلة هذا الفراغ حين يمتلئ كيانتنا الداخلى بحبه الكالم. وقد تكون الصلاة التالية بمثابة خطوة للأمام تصحب معها حضور المسيح الشافى إلى هذه المنطقة من إنساننا الداخلى.

صلاة:

أيها الرب يسوع ، أسألك أن تعود معى وتصحبنى إلى سنوات مهدى وطفولتى المبكرة مسلطا نور روحك القدوس على الأركان المظلمة فى ذاكرتى. وبينما أنت تثير كيانى الداخلى لمس تلك المناطق التى أشعر فيها

بالفراغ والوحدة. ولأن قلب الإنسان بطبيعته شديد الحساسية لأفكار ومشاعر الآخرين ، فإننى أسألك أن تشفينى من أى شعور - حقيقى أو تخيلى - بالرفض من أمى أو أبى أو ممن قاما بدورهما فى حياتى خلال تلك المرحلة من نموى.

وإن كنت قد انفصلت عن أى من والدى بسبب المرض أو الموت أو أى ظروف أخرى ، فمن فضلك حررنى من شعورى بالخسارة والترك. إملئ كيانى الداخلى بحبك.

يا يسوع ، هبنى أن أدرك حضورك الواقى الذى يحرسنى ويقودنى خلال سنى حياتى الأولى تماما كما أعطاك الآب أمانا من خلال وجود يوسف النجار وسهره على رعايتك. دعنى أشعر بذراعى أب حنون تحيطان بى. وإن كان أبى قد عجز عن إظهار عواطفه نحوى فدعنى ألمس الأحضان وإيماءات المحبة التى ليديك أيها الآب المحب. لقد كنت دائما تدعو الأطفال كى يأتون ويجلسون فى حضنك. أرجوك أن تمكثنى من أن أقبل هذه الدعوة نفسها المقدمة للطفل الكائن بداخلى.

يارب أشكرك لأنك تدرك إحتياجى لحنان الأم
ودفئها وأنتك تستطيع أن تهبنى هذا النوع من الحب.
ضمنى إلى ذراعيك فى هذه المناطق التى إحتجت بها إلى
مزيد من الحب والرعاية. أسألك أن تحملنى على يديك
وتدللنى على ركبتيك.* وأن تهدهدنى بأغاني وقصص
الأطفال حتى تبعث فى نفس الطمأنينة والسلام.** إبنى
أقبل حبك ولمساتك الحانية لتشفينى من الشعور بالترك
والإهمال ولتشبع إحتياجى العاطفى.

يا يسوع ، إن كانت هناك أى مواقف بها إيذاء
جسدى أو معنوى فى سنى حياتى الأولى فإلمسنى وإشف
الآثار الداخلية لتلك الذكريات ، كما قلت من قبل أننا
بجراحاتك قد شفينا. إمنحنى النعمة لكى أغفر لهؤلاء الذين
لم يعاملوننى بالحب والإحترام كما غفرت أنت لمعذبيك.

-
- * 'على الأيدي يحملون وعلى الركبتين تدلون. كإنسان تعزية أمه
هكذا أعزيكم أنا'.
 - (أش ٦٦ : ١٢)
 - ** 'يبتهج بك مغنياً ومسبحاً' (صفنيا ٣ : ١٧ من ترجمة K.G.)
(المعرب)

يا رب ، إن كانت سنوات مهدي وطفولتي المبكرة
قد إحتوت على أى فترات من المرض والألم فمن فضلك
حررنى مما قد أثرت به هذه الفترات على حياتى. أحط
معاناتى بحضورك المريح ، مؤكدا لى أنى لست وحيدا
وسط هذه التجارب والآلام. زد من إيمانى وثقتى فى حبك
لى.

إنى اسلم ليديك هذا الجزء من وجودى ، مؤمنا أنه
من خلال مراحمك غير المحدودة سوف يتحقق له الصحة
والشفاء.

أمين

الفصل الخامس

الطفولة

من المؤكد أن كل منا كان طفلاً في وقت ما ، في مكان ما . قد يبدو هذا واقعاً أكيداً ، إلا أنه ليس صحيحاً بالكامل ، إذ أن الطفل الذي كنا نحياه يوماً ما لم يختف تماماً وبلا رجعة ، بل أنه مازال باقياً في داخلنا ، مؤثراً في كل ما نفعله ونحسه .

فكل منا يحمل داخله طفلاً دائماً الوجود ، مجموعة من الأحاسيس والاتجاهات التي تبقى فعالة منذ الطفولة مهما بلغنا من العمر . وفي الواقع أنه كلما تقدم بنا العمر كلما إزدادنا ميولاً للعودة إلى تلك الأفعال الطفولية التي كانت تميز صبانا . ولعل زيارة قصيرة لأي دار للمسنين لسوف تؤكد لنا هذه الحقيقة .

والطفل الذي بداخلنا هذا يجعلنا نرى الحياة في صورة مشوهة ، فعقلنا الراشد يعطينا عادة تقيماً ناضجاً

وذكياً لكل موقف معين ، بينما يرى الطفل الداخلى فينا نفس الظروف المحيطة من خلال المحتوى العاطفى لخبرات الماضى. ومثل هذا الاختلاف اليبين بين عقلنا الناضح والطفل فينا يسبب لنا الكثير من الحيرة والتشوش فى عملية إتخاذنا للقرار.

عندما أتيت لى مع زوجى الفرصة للإنتقال من "إلينوى" - الولاية التى نشأنا بها - إلى ولاية فلوريدا ، بحثنا معاً بعقلنا الناضج كل الاحتمالات بتروى وحكمة ثم إتخذنا قرارنا بالسفر وبدأنا فى الإستعداد لذلك. ولكن طفولتنا الداخلية بدأت هى الأخرى تتفاعل مع مجموعة من المشاعر القوية، ليس من أقلها الخوف من الإنتقال إلى مكان جديد وترك العائلة والأصدقاء. إن مثل هذه المشاعر من الخوف والقلق والتى وجدت صدى لها فى رد الفعل السلبى لأبنائنا تجاه فكرة الإنتقال ، قد جعلتنا نعتقد بأننا قد إتخذنا القرار الخطأ. ومع ذلك فإننا قررنا الإلتزام بقرارنا الأول ، وبتعزيد من نصيح وصلوات أكثر الأقارب والأصدقاء عقلاً وإتزاناً سافرنا إلى فلوريدا. وقد وجدنا بعد سفرنا إنها كانت تجربة مفيدة وفرصة هائلة لنمونا

كنا سوف نخسرهما لو أننا إستجبنا لمشاعر الخوف التى إنتابتنا.

إن واحداً من أقوى الإتجاهات وأكثرهم شيوعاً فى بيئتنا وثقافتنا فيما يختص بالطفولة هو الاعتقاد السائد بأنك تتوقف عند نقطة معينة وتكف عن أن تكون طفلاً لتكون ناضجاً إلى الأبد فيما بعد. وهذه الفكرة الخاطئة تجعل الكثيرين يجدون صعوبة فى التعامل مع حياتهم العاطفية ، فمن متطلبات السلوك كأشخاص راشدين أن نطرح وأن نتبذ كل ما يمكن أن يفسر أو يؤول على أنه تصرف غير ناضج. وحيث أن الدموع والضحكات والتصرفات التلقائية تشكل جزءاً كبيراً من طفولتنا ، فإنه يلزم علينا أن ننبذها من سلوكنا!

إن كان هذا صحيحاً ، فلماذا قال يسوع:
"الحق الحق أقول لكم إن لم ترجعوا وتصيروا مثل الأولاد
فلن تدخلوا ملكوت السموات." (مت ١٨ : ٣) ؟!

إن يسوع لم يقصد أن نظل فى حالة طفولية من جهة النمو وإنما أن تبقى على سمة الطفولة البريئة التى

تجعلنا منفتحين على حضور الله بشكل أيسر. إنه يسألنا أن نحتفظ بمشاعر الطفل البسيطة التي تمكننا من القدرة على أن نثق فى الآخرين عند الإحتياج. أن نحتفظ أيضاً بالقدرة على أن نعجب وأن نندهش ، تلك الأمور اللازمة لكي نقبل الحياة فى العالم الروحى. فالكثير من الأمور الروحية تبدو غير معقولة لعقولنا المنطقية والعلمية ، إلا أن الطفل الصغير الكامن بداخلنا هو وحده فقط الذى يملك القدرة على مغامرة الدخول إلى تلك الآفاق غير المألوفة.

وبالرغم من ذلك فإن غالبية الأشخاص البالغين مازالوا يشعرون بالكثير من الحرج إذا ما فعلوا أى شئ يمكن أن يتسم بالطفولة ، فإننا كثيراً ما نجد أنفسنا نأخذ دور آبائنا ومعلمينا فى إيقاع العقاب بأنفسنا حتى لا يصدر مثل هذا التصرف منا ثانية. ولعل تلك الإجراءات التأديبية هي المسئولة عن السلوكيات المدمرة التي تمارس بصورة واسعة فى عالم اليوم.

إن الطفل الذى يدعونا يسوع أن نكونه اليوم نجده يجد صعوبة بالغة فى أن يظهر فى بنىان عالمنا المعاصر

الذى لا يسمح حتى للأطفال أن يكونوا أطفالاً. ففي عام ١٩٦٣ أصدرت جمعية "مدارس اللعب" كتيباً تقول فيه:

"أن تكون طفلاً فإن هذا أمراً لم يعد كما كان من قبل، فـ"هوك فين"* صار جانحاً في نظر المجتمع ، و "توم سوير"* شخصاً لا يعمل بكل جهده ، و "جيم هوكنز"* صغير جداً على أن يكون غلام السفينة ، ومن هذا الذى سوف يترك "أليس"* تبقى هكذا دون شيئاً تفعله سوى الجلوس فى ظل شجرة وارفة لتحلم فى أمسيات الصيف ؟! ...

إن طفل اليوم يسير على حبل رفيع مشدود ما بين الترك والإهمال وبين الضغوط الشديدة. فهو إما محاط بكثير من الإغراءات والمؤثرات أو بلا شئ على الإطلاق. وربما قد نسى تماماً كيف يلعب... ، فالآباء اليوم

* أسماء لأبطال بعض قصص أدب الطفل الشهيرة فى الغرب ، بعضها معروف لدينا فى الشرق مثل "أليس فى بلاد العجائب" (المعرب)

يهتمون ويقلقون بشأن تفوق أبنائهم
الدراسى وهم لم يتخطوا بعد مرحلة
الحضانة."

لم يحدث قبلا فى التاريخ أن منحت دولة إهتماما
كبيراً ومالاً وطاقاً فى تربية الأطفال مثلما يحدث فى
الولايات المتحدة الأمريكية الآن. فالآباء يقضون معظم الوقت
فى قيادة السيارة لأطفالهم وفى تسليتهم وتعليمهم ، وأنا نفسى
قد شعرت ذات مرة أننى أحتاج إلى تدخل جراحى لكى أنزع
من خلف عجلة القيادة حيث كنت أقضى العديد والعديد من
الساعات فى نقل أطفالنا الخمسة من مكان إلى آخر. ومع
ذلك كله وبالرغم من كل هذا الإهتمام الذى يلقاه الأطفال ،
فلا أحد منا يرغب فى أن يكون طفلاً فى عالم اليوم ،
فمجتمعنا الآن لا يوفر للطفولة الحرية والتلقائية التى تتميز
بهما هذه المرحلة من مراحل النمو.

ومن أروع ما كتب فى هذا الصدد ، كتاباً بعنوان
"مؤامرة ضد الطفولة" بقلم د. إيد لاشين ، حيث جاء فيه
التعليق التالى:

" كثيراً ما تتسم علاقاتنا بأطفالنا اليوم بالحدة والتوتر ، ويبدو وكأننا قد نسبنا كيف نكون أباء ، أو أننا نخاف من أن نكون أباء حقيقيين! فنحن نخشى توجيه أطفالنا وقيادتهم في أن يصبحوا بتقدم العمر أناساً على قدر من المسئولية والشعور بالكرامة ، ذوى هدف لحياتهم. إذا نحن نفعل لهم بعض الأشياء التي يجب أن يفعلونها هم بأنفسهم مثل اصطحابهم إلى المدرسة بالسيارة في الوقت الذي يستطيعون فيه أن يمشون بمفردهم ، أو أن نعتذر لجدتهم بالنيابة عنهم على إنشغالهم عن كتابة بطاقة تهنئة لها في عيد ميلادها. وعلى الناحية الأخرى فإننا نجعلهم يقومون بأشياء هم غير مستعدين بعد لأدائها بالمرة ، مثل تعلم الأرقام والحروف في سن الثانية والنصف."^١

(١) Atheneum Publishers, New York, 1967

وهنا يطرح الكاتب قضية مثيرة تخالف الإعتقاد العام والسائد ، فهو يقول أن إتجاهاتنا فى التدليل والتساهل تجاه الصغار لا تعكس أبدا أية رقة أو عذوبة أو عطف وإنما رغبة مفرطة فى التخلص من سمات الطفولة المزعجة لنا. فالألم الذى بدواخلنا والمتعلق بخبرات طفولتنا الخاصة إنما يصنع نوعا من الإسقاط على أطفالنا، وكلما رفضنا الالتفات إلى الطفل الكائن بداخلنا منكرين حتى مجرد وجوده كلما حاولنا أكثر أن نحرم العالم من حولنا من رؤية وإختبار طفولة حقيقية.

ولكن تبقى كلمات يسوع واضحة بهذا الشأن ، فمن غير الممكن أن تصبح عضوا فى ملكوت الآب دون أن يكون لك سمات الطفولة هذه. فهو يخبرنا إذا أن نجعل من أنفسنا أطفالا "مثل هذا الولد". (مت ١٨ : ٤) ، مشيرا بذلك إلى دور الإرادة من جانبنا. أو بمعنى آخر يجب علينا أن نسمح لأنفسنا بأن نجرى وأن نمرح وأن نلعب فى بيت أبينا. وهذه الفكرة شديدة التهديد لمعظمتنا ، فقد جاهدنا كثيرا لكى نصبح أناسا ناضجين ومستقلين يعتمد عليهم ، وقد إنتفخنا إطراء لتلك السمات الخاصة

بشخصياتنا مرات ومرات. وبدون محبة يسوع الشافية لن
يمكننا التخلص من مثل هذه التحفظات التي تمنعنا من أن
نكون أناس بسطاء وتلقائيين.

وغالباً ما يقف المؤلم من ذكريات الطفولة كحاجز
بيننا وبين محبة الله لنا. فنحن قد تعلمنا من يسوع أن
نخاطب الله كأب لنا ، ولكن إن تشوهت فكرتنا عن الأب
وعن معنى الأبوة فسوف نبدي مقاومة كبيرة لعلاقة من
هذا النوع. فإن كان أبونا الجسدي شديد الصرامة ، فإننا
نميل لأن نخلع هذا الاتجاه على أبانا الذي في السموات
متوقعين إياه أن يؤدبنا بنفس القسوة على أقل شيء مغضب
يبدد منا. وبهذا النمط من التفكير نحن نبدأ في الاعتقاد
بان إرادة الله من جهتنا قاسية بل وصارمة أيضاً. ومن ثم
نبدأ في التساؤل: لماذا نودع حياتنا في يديّ إله مثل هذا ؟!
فلماذا نخضع حياتنا لمثل هذا النفوذ مرة أخرى ؟!

وإن لم يكن باستطاعة أبونا الجسدي أن يظهر
المشاعر والعواطف نحونا ، لأحسبنا بعدم محبة باقي
العالم لنا أيضاً. إن حياة الأب - كما يقول أحد الكتاب
الفرنسيين - لها سرّيتها وغموضها ، فالساعات التي

يقضيها فى المنزل ، والحجرة التى يعمل بها والأشياء المتعلقة به من أغراض وهوايات معينة يصير لها طابعاً مقدساً. ونحن نميل للتسليم بوجود أمهاتنا كأمر مسلم به وذلك لأننا فى الأغلب قد إعتدنا الحصول على إنتباههن كأمر طبيعى ، إلا أن إتجاه أبائنا أثناء فترة الطفولة بوسعه أن يؤثر تأثيراً شديداً على تصورنا لأنفسنا. فنحن نريد مثلاً أن نرضيه ونلقت إنتباهه (خاصة إذا كان هناك إخوة وأخوات يتنافسون لنيل ذلك الإمتياز). إن غاية كل ولد وبنت فى أن يصير الطفل المفضل عند أبيه تجعلهم يذهبون إلى آفاق بعيدة لتحقيق هذا الهدف. فكم من نساء قصوا على أنهم قد برعوا فى نوع من أنواع الرياضة سعياً لجذب إنتباه آبائهن. وبنفس الكيفية إستمتعت إلى الكثير من الرجال يعززون إختياراتهم المهنية لتأثير آبائهم عليهم.

ويمتلى الألب والدراما بالعديد من القصص والروايات التى تحتوى على أفراح وأتراح العلاقة بين الآباء والأبناء. والعهد القديم أيضاً يوفر لنا الفرص الكثيرة لدراسة آثار القبول الأبوى على حياة الأبناء. فرقة كانت تدرك تلك

الحقيقة جيدا حين تواطئت مع إنها يعقوب محاولة الحصول على البركة من أبيه المحتضر إسحق. فهي قد علمت أنه ما كان يعقوب ليتم ما كتب له دون بركة إسحق أبيه. وبالرغم من أن ذلك الإمتياز كان من نصيب عيسو إلا أن رقعة قد حرصت على أن يكون يعقوب هو الإبن المختار. (إنظر إلى تكوين ٢٧)

أيضا تحتاج الفتيات الصغيرات للتدعيم العاطفي من آبائهن كي يكبرن وهن مطمئنات من جهة أنوثتهن. إن العديد من النساء اليوم يحاربن من أجل بعض الحقوق التي قد حرمن منها منذ عدة سنوات لكثير من الأسباب. في حين أن الحرية الحقيقية للمرأة ينبغي وأن تتبثق من الداخل ، من شفاء الطفل الذي أحس بأنه مرفوض وغير محبوب . وهكذا تستطيع النساء حينئذ أن تعمل بنشاط أكثر بل وينسبة أقل من التمرد والغضب تجاه مجتمع يضمن لكل شخص حقوقه.

لقد ترددت كثيرا قبل أن أضيف موضوع سفاح القربى^٢ (إغتصاب المحارم) إلى المشاكل التى تتعرض لها خلال فترة الطفولة ، ولكنى وجدتنى لن أكون أمينة إذا ما تجنبتّه. فلقد روعنى حجم من أبلغونى بمثل تلك العلاقات الجنسية المحرمة حينما بدأت لأول مرة خدمة الصلاة لأجل الشفاء الداخلى حتى ظننت أنى ربما أرى عددا مبالغا فيه من هذا النوع من الحالات بين البالغين الذين كنت أقدم لهم المشورة. إلا أن مناقشة لي مع بعض المشيرين المتخصصين بجمعية المعالجين المسيحيين أقنعتنى بغير ذلك.

فى الواقع أن سفاح القربى فعليا هو أكثر شيوعا مما نرغب أن نعترف به فى مجتمعنا. ومن المؤكد أن عدد الحوادث التى يتم الإبلاغ عنها يتزايد كثيرا الآن. وترجع هذه العلانية أو الشيوع إلى إزدياد الحرية فى

(٢) سفاح القربى أو إغتصاب المحارم يعرف رسميا على أنه أى نشاط جنسى بين أشخاص على درجة من القرابة تمنعهم من الزواج من بعضهم البعض.

التعامل مع مثل هذه المواضيع الآن. إلا أن هذا لا يلغى أن المشكلة قد كانت قائمة منذ زمن بعيد.

بدأ "هانك جياريتو" - أخصائي علم النفس بسان جوز بكاليفورنيا - برنامجا لمعالجة الأطفال الذين قد تعرضوا للإيذاء الجنسي ، وذلك لصالح مؤسسة الأحداث بمقاطعة سانتا كلارا عام ١٩٧١. وكانت السلطات قد قدرت نسبة حالات سفاح القربى هذه بنسبة واحد فى المليون. ولكن جياريتو تسلم فى عامه الأول من المشروع ليس حالة واحدة بل ثلاثين من سكان مدينة يبلغ تعدادها حوالى المليون ، معظمهم من البيض متوسطى الحالة الإجتماعية. ويعادل دخل قاطنى تلك المدينة أعلى معدل دخل لأى من قاطنى كاليفورنيا. وبعد مضى ست سنوات صار مجمل الحالات يربو عن الست مائة حالة ، وقد قال جياريتو: "إنى أعتقد أن سفاح القربى قد صار وبراء فى أمريكا".^٣ ولأن ذاك الفعل يحمل وصمة عار إجتماعية ثقيلة كهذه فقد ظل سفاح القربى لسنوات عديدة من أكثر

(٣) Reported in the "Democrat and Chronicle", Rochester, New York, August 1977

الخطايا سرية فى بلادنا. وغالبا ما تكون جلسات المشورة المتعلقة بهذا الأمر ذات حمل ثقيل على الناس حتى أنهم يرفضون مناقشته خلال فترة العلاج مع مشيريرهم المتخصصين ، فهم مازالوا بتجاوبون مع الأمر المعطى لهم كأطفال "سوف أقتلك إن أخبرت أحد" أو أى تهديد آخر على هذه الشاكلة. ويبدو أن النوع الأكثر شيوعا من تلك العلاقات المحرمة يحدث بين الفتيات وأعضاء أكبر من ذات الأسرة سواء إخوة أو آباء أو حتى جدود أو أعمام. ولكنى صليت أيضا مع رجال يعانون من إيذاء جنسى قد تعرضوا له فى طفولتهم من أم أو أخت كبرى. وحتى الجنسية المثلية فى سفاح القربى بين أعضاء الأسرة الواحدة ليست أيضا بالأمر غير الشائع. ولكن فى كل تلك الحالات تبقى آثار غائرة من الإستياء والخوف والإرتباك مسببة آلاما عاطفية تستمر مدى الحياة. ولا يوجد من الحالات التى أعرفها والتى تحتاج إلى العطف والمتابعة المشجعة والمدعمة الطويلة الأمد أكثر من هؤلاء الأشخاص الذين قد عانوا من الإيذاء الجنسى فى طفولتهم.

إن الذات الضعيفة لطفل آمن صغير قد تؤدي بشدة من مثل هذا الأمر حتى لا تستطيع سوى قوة يسوع المسيح الشافية في وسط محيط من الحب والتفهم أن تعيد الثقة إلى مستواها الأصلي. ولا يمكننا أيضا أن نتجاهل الحالة الحرجة لشخص يفرض ذاك النوع من العلاقة الجنسية على طفل صغير ، ففي أغلب الأحيان لا تكون هذه خطية شهوة بقدر ما تكون عجز في حياة ذلك الشخص. فكما أوضح إعراف أب في بيان آخر الإسماعيلية لهيئة الإذاعة المحلية أنه لم يكن حقا يريد الجنس ، فكل ما أراده كان شخصا يحتاج إليه تماما كمثل إحتياجه هو له.

فإن استطاعت مجموعات الصلاة التي تنظمها كنائسنا أن تنظر إلى ما هو أبعد من الخطية لترى إنكسار الشخص الخاطئ فسوف تستطيع أن تمد يد العون إلى الكثيرين وأن تكتشف حب يسوع المظهر القادر وحده أن ينزع منا معاصينا. وفي بعض الأحيان تكون أعظم عطايا الشفاء التي نستطيع أن نقدمها لهؤلاء الذين إبتلوا بإغتصاب المحارم هي أن نسمح لهم بأن يتكلموا عنها. فما دامت تلك باقية على أنها الخطية التي لا يمكن غفرانها

أو التحدث عنها فسوف يكون من الصعب جدا شفائها. ومن المهم ألا نبدى السخط حتى ولو كان محقا أو أحكام الإدانة تجاه شخصا يعانى سلفا من ألما مبرحا. وحسب ما قاله "مورتن كيلزى" فإن خمسين بالمائة من الطب النفسى ليس فى الحكم والتقييم بل فى الحب والإصغاء. فالإصغاء بهذه الكيفية ودعوة يسوع كى يجلب نور حضوره إلى ظلمة تلك الذكريات بوسعه أن يبدأ عملية شفاء تضمن الكثير من الحرية.

إن مرحلة الطفولة تتميز أيضا بالوقت الذى نبدأ فيه مغامرة الدخول إلى المجتمع من خلال الالتحاق بالمدرسة. وذلك التعامل المتبادل بين الأشخاص خارج النطاق الصغير للأسرة يمكنه أحيانا خلق حالات مليئة بالتوتر والتى ربما تحتاج إلى الشفاء إن كنا نبغى التكيف مع المجتمع فيما بعد كأفراد بالغين. إن أساليب الإنتقاد والعقاب من جانب المدرسين يمكنها أن تجعلنا نتوقع نفس أسلوب المعاملة من رموز السلطة الآخرين فى الحياة ، كرؤسائنا فى العمل على سبيل المثال ، مما يجعلنا فى حالة توتر دائم فى حياتنا الوظيفية. كما أن نظام التنافس

المرحلى الذى يقارنتنا على الدوام بزملاء الدراسة يمكنه أن ينتج مشاعر النقص التى تصعب إتصالنا بالآخرين على نحو سوى.

طلبت عضوة من الأعضاء بإحدى حلقات الصلاة أن نصلى معها لأجل إحساسها بالعجز عند الاحتياج للمشاركة أثناء إجتماعات الصلاة. فغالبا ما يكون لديها آية معينة أو كلمة نبوة للمجموعة ولكنها كانت تصاب بالذعر والإضطراب كلما فكرت فى المشاركة بما لديها. وقد أفصحت ونحن نناقش الأمر أن المشكلة لم تكن فقط مع مجموعة المصلين ، وإنما فى كل وصل من أوصال حياتها. فهي تصبح معقودة اللسان حينما يتواجد أكثر من إثنين بالحجرة. ويتركيز المناقشة على نكريات طفولتها الخاصة بالمواقف المدرسية ، وصفت المرأة الكثير من الخوف والتوتر المصاحب لتذكرها لأحد المدرسين. ففي إحدى المرات كانت غير مستعدة لتسميع بعض أبيات الشعر التى كان من الواجب حفظها ، فأجبرها المدرس على الوقوف فى الممر بين الصفوف حاملة حقيبة ورقية على رأسها إلى نهاية الحصّة كنوع من العقاب. وقد فزعت

لإنفرادها بالعقاب بهذه الكيفية مما جعلها تبلل نفسها، الأمر الذى أثار الضحك بين زملاء فصلها. ومن ثم أصبحت فيما بعد هدفا للعديد من النكات القاسية، ونتيجة لتلك الحادثة تعلمت كيف تبتكر العديد من الطرق كى تتجنب التسميع فى الفصل مرة أخرى. ولم يتطلب الأمر الكثير من البحث والإستقصاء كى نفهم آليات الهروب لدى الطفلة والتي مازالت تعمل فى حياتها كإنسانة بالغة. وهكذا إستطعنا أن نصلى لها من أجل الشفاء الداخلى لتلك الذكريات المخيفة. وأخذت تدريجيا فى المشاركة بمواهبها الروحية أثناء حلقة الصلاة حيث منحها الرب الشجاعة لأن تتطرق بكلمته.

والعلاقة بين الإخوة والأخوات خلال الطفولة بوسعها أيضا أن تكون مصدر صراع لنا. ويلائم مصطلح "منافسة الأقرباء" ذلك النوع من الصراع حيث أنه توجد نزعة طبيعية عند أغلبنا للتنافس مع الأطفال الآخرين الذين هم داخل الأسرة. وكما ذكرت سلفا فإن كل طفل يتمنى أن يصير هو الإبن المفضل. وتلك النوع من المنافسة ليس بالضرورة مدمرا طالما أن التفاعل مع الأقرباء يمكنه أن يكون مصدر تحدى وتحفيز. فالأخ الصغير الذى يحاول محاكاة شخصية الأكبر

والأكثر حكمة ويتخذة قدوة بمقدوره أن يجعل هذا مصدرا فعالا للنمو ، خاصة إذا ما كان الأخ الأكبر عازما على أن يخصص بعضا من الإنتباه لأخيه الصغير . ولكن مع ذلك فهناك ثمة مقادير من الألم بين الأقارب التي يجب مواجهتها إن كنا نريد أن ننمو متخطين أنانية طفلنا الداخلي . فربما فرضت الأخت الكبرى التي كانت تعتنى بنا حين كان الوالدین بالعمل نوعا من الإجراءات النظامية المتعسفة . أو أن الأخ أو الأخت المعوقة الذي أو التي كانت تحتاج إلى الكثير من الرعاية والاهتمام قد جعلنا نخفي مشاعرنا الدفينة من البغض والإستياء ، مثل تلك المشاعر التي تحتاج أن تأتي إلى نور يسوع المسيح الغافر . وربما قد نحتاج إلى شفاء بخصوص أخ أو أخت أصغر طالما أوقعونا في المشاكل بوشايتهم بنا كيما يتخلصوا هم من العقاب لنحمله نحن بدلا منهم .

أيضا إن فترات المرض الطويلة أو الدخول إلى المستشفى يعتبر أمرا معطلا ومؤلما في أي من مراحل العمر ، ولكنه يكون على أشده خلال أعوام الطفولة . فالعجز عن الجرى واللعب كسائر الأطفال يمكنه أن يشعرنا بالنقص والإختلاف مكونا لدينا شعورا بالوحدة

والإنعزال. وفى محاولتنا للحاق بالمستوى الدراسى للفصل
نقع فى المزيد من التوتر ، الأمر الذى يستمر فى خلق
شعور من العجز وعدم الكفاءة.

أيضا إن كان الذين قد إعتوا بنا فى فترة طفولتنا
أناس غرباء عنا ولم يكونوا على مستوى من الرقة
والتفاهم يعادل ما لأفراد الأسرة ، فهذا حقا أمر مخيف. إلا
أن كل هذه المواقف وبلا شك تستجيب بكيفية حسنة
للمسات يسوع الشافية حينما ندعوه ليزيل ذكريات الألم
بكلتا نوعيها البدنية والعاطفية.

وموت أحد أعضاء الأسرة المقربين يعتبر موقف
على قدر كبير من الأهمية والتوتر بالنسبة للشخص فى
أى مرحلة من مراحل العمر ، بل ويمكنه أن يبقى مصدرا
لا شعوريا للتوتر الداخلى إذا ما لم يسمح لنا بأن نفرج عن
أحزاننا بقول أحدهم "كن رجلا" أو أن "الرجال لا يبكون".

إن مثل تلك النصائح الواجبة التنفيذ ترغمنا على أن
ندفن الكثير من مشاعر الغضب والذنب والأسى مما يخلق
صعوبة فى التعامل مع عواطفنا الحالية بكيفية مستقيمة.

طلب شخص ما بأحدى الحلقات الدراسية أن
نصلى معه لأجل شعوره بالعجز عن التواصل مع إبنيه
الصغيرين على نحو أبوى. لقد كان يحبهم حباً جماً ولكنه
كان يتجنب أى تعبيرات خارجية لمشاعره تجاههم ، ولما
توافر الوقت الذى يفعل فيه تلك الأشياء التى يتشارك فيها
الأباء مع أبنائهم. لقد كان غير مقتنعاً أن الشخص
المسيحى يمكن له أن يتصرف مثل هذه التصرفات
العاطفية. فتحدثنا عن خلفيته لبرهة ، حيث أخبرنى بأن
أباه قد توفى حينما كان هو فى الخامسة من عمره. وسألته
عن كيفية إخباره بموت أبيه ، فأجاب: "أخبرتتى أمى أن
يسوع قد أتى ليأخذ أبى إلى السماء" وأضاف قائلاً: "وأنه
يجب على أن أكون رجل الأسرة منذ ذلك الوقت". فهو لم
يبكى البتة أثناء الجنازة أو عند المقبرة بناء على ما قالت
جدة له بأن يكون "جندى صغير شجاع تفخر به أمه".
ومن الطبيعى أن تلك المشاعر المكبوتة كانت مقيمة فى
عقله الباطن ، فلم يكن بإستطاعته أن يتصل بإبنائه لكثرة
إنكاره للطفل الموجود بداخله كيما يستمر فى طاعة أوامر
فرضت عليه من الماضى البعيد. وحينما صليت مع هذا
الرجل طلبنا من يسوع أن يسمح للطفل الذى بداخل هذا

الرجل بأن يخرج حزنه وآسائه على أبيه ، وأن يفتح مخزون مشاعره التى قد إحتبست لمدة طويلة مضت. فخرجت التتهجات من أعماقه الدفينة حين بكى على كل تلك الوحدة والألم الذان كابدتهما خلال سنوات النمو هذه. وقد كان من دواعى سرورى أن أتسلم خطابا منه بعد عدة أشهر يقص فيه على المغامرات التى قام بها هو وإبنائه فى رحلة بإحدى عطلات نهاية الإسبوع.

ومن المثير للإنتباه أيضا أن نلاحظ أن الموت أو الانفصال عن حيوان مدلل قريب لقلب الطفل يمكنه أن يكون مصدر ألم داخلى. فالطفل ليس عنده ذلك التمييز بين الجنس البشرى والجنس الحيوانى كما عند البالغين. إن أى كائن حى يستطيع أن يصنع علاقة حب مع الطفل. وهو الأمر الذى يعطى الطفل شعورا بالقيمة الذاتية والتبعية ، مما يسبب فراغ وألم حينما يخرج ذلك الكائن من حياة الطفل.

إحدى السيدات اللاتى قد صليت معهن كانت تعاني لسنوات طويلة من عدم الإستقرار العاطفى ، الشئ الذى بدأ حين عاقبتها أمها لتقصيرها فى أداء واجبها

المنزلى بتسميم أرنبها الذى كانت تتوى تربيته. وذاك النوع من الوحشية يحتاج إلى شفاء قبلما نجرؤ ثانية على أن نثق بهؤلاء الذين من حولنا.

أيضا وبوجه عام يواجه الطفل الذى قد انفصل والديه مشاعر عميقة من عدم الطمأنينة والغضب والوحدة. وإن محاولة الطفل لأن يحتفظ بتوازنه فى وسط ذلك الإضطراب المحيط به تخلق فى كثير من الأحيان نوعا من التوتر كرد فعل قد يخرج على هيئة سلوك سئ فى المدرسة ، كالسرقة أو الكذب أو المحاولات المتعمدة لكسب بعض الإهتمام ، كيما يخفف من ألمه الداخلى. ويشعر الأطفال بإحساس حاد بالمسئولية عن سعادة والديهم حيث أن كثيرا من طمأنينتهم تكمن فى تماسك وترابط الأسرة. ومن ثم فإنه إذا ما انحلت الربط بين الوالدين يشعر الطفل بالذنب لأن حبه لم يكن كافيا لمعالجة ذلك الكسر بين أباه وأمه. ويحتاج عبء ذلك الذنب الزائف أن يطلق وإلا فسوف يستمر فى إحداث مشاعر الدينونة والفشل حتى إلى ما بعد مرحلة الطفولة.

وربما تظهر عدم الطمأنينة أيضا إذا ما إنتقلت الأسرة كثيرا من مكان إلى آخر ، مما يجعل من الصعب على الطفل أن ينمى صداقاته أو أن يرسى أساساتها. وقد قال "جرانجر ويس-تبرج" فى كتيب له بعنوان "الحزن الجيد" والذى أفادنا كثيرا بخصوص موضوع الحزن: "نحن الذين قضينا بالتدريس فى المستشفيات والمراكز الطبية سنوات هذا عددها ، نستطيع أن نرى أناس كثيرين مرضى أو مضطربين من الذين يأتون إلى المستشفى بسبب اجتيازهم بمثل هذه الخبرات المستأصلة - كالإنتقال من منطقة إلى أخرى - ولقد رأيت أطفالا يصابون بالإضطراب قبل الإنتقال بثلاثة أشهر وبعده أيضا بثلاثة أشهر وربما أكثر".

ونحن لا يجب علينا أن نغفل مثل تلك المسألة حين نطلب من الرب أن يشفينا من ضيقات وآلام مرحلة الطفولة.

ويستطيع كل واحد أو واحدة منا أن يضيف مشاعره أو مشاعرها الخاصة بذكريات الطفولة إلى هذه

القائمة. وبعض هذه الذكريات سهل إسترجاعها ويمكننا على وجه الخصوص أن نستدعها أمام حب يسوع الشافى، بينما البعض الآخر قد أصبح قاتما ولا يمكن التعرف عليه بين طيات عقلنا الباطن. وبعض النظر عن ماهية الأكاذيب المدفونة بداخلنا، فالروح القدس قادر على التمييز فيما بين الحقيقة والوهم وأن يقودنا إلى كل الحق.

صلاة:

يارب يسوع ، أسألك أن تعود بى وتصحبنى إلى الفترة الزمنية التى يطلقون عليها الطفولة. أنت الذى أرشدتني أن أضع نفسى كطفل صغير أمامك ، ولذلك أعنى على التغلب على أى مقاومة بداخلى تحول دون عودتى كطفل مرة أخرى. إمس كل الكيفيات التى بها أمرت بها أن أتصرف كالكبار ، تلك الأوامر التى هيات لى أن كل ما هو خاص بالطفولة هو تصرف غير مقبول.

ساعدنى أن أسترد مشاعر التعجب والإنبهار التى
للطفل الصغير بداخلى. إسمح لى أن أتلذذ ثانية بجمال
الدنيا التى أبدعتها ، حين أتمس الراحة فى النظر بين
السحب وإلى الفراشات والزهور. دع روحى تبتهج
بأنشودة الطيور وبنسمات الربيع الدافئة ، وكأن كل الخليفة
تتهامس بإسمك الجليل.

يارب إشفنى من أى صعوبات عندى تجاه
مخاطبتك كأب لى. فإن كانت علاقتى بأبى الأرضى قد
جلبت على الخوف ، فدع حبك الكامل نحوى يطرح
كل توتر وقلق الماضى بعيدا حتى أستطيع أن أدنو من
الأب بثقة وبقلب مفتوح. وإن كان أبى الأرضى قد كان
بعيدا عنى أو رافضا أو غير معضدا فأرجو منك أن
تملئ تلك المناطق الخاوية التى بداخلى بحضورك
الإيجابى المؤيد. تكلم إلى كما تكلمت من خلال أشعياء
النبي قائلا: "دعوتك بإسمك أنت لى... إذ صرت عزيزا
فى عينى مكرما وأنا قد أحبيتك" (اش ٤٣ : ١ ، ٤) .

ساعدنى أن أصدق تلك الحقيقة عن نفسى ، إننى عزيز
جدا لديك.

لقد كنت متضايقا يا يسوع حين حاول التلاميذ منع
الأطفال الصغار من التسلق إلى حضنك ، قائلا: "دعوا
الأولاد يأتون إلي ولا تمنعوهم لأن لمثل هؤلاء ملكون
السموات" (مت ١٩ : ١٤)

لم تلهك مشغولياتك أبدا عن أن تضع يديك على
الأطفال وأن تلاعبهم وأن تقص لهم القصص والحكايات.
أرجوك أن تضع يديك على الآن بنفس تلك الكيفية. دع
الطفل الصغير الذى بداخلى يستجيب لدعوتك بأن يأتى
إليك متخليا عن كل مقاومة لدى نحو حبك. دعنى أثق
بالصداقة التى نتقاسمها معا حين تشفينى من ذكريات
طفولتى الخاصة بتلك العلاقات التى قد جرحتنى وألقت
الروح فى داخلى.

أرجوك أن تبارك كل أعضاء أسرتى اليوم وكل
يوم ، وأن تعيننى على رؤيتهم من خلال عينيك. وإن كنت
أضمر أى إستياء تجاه إخوتى أو أخواتى فأمنحنى حبك
الغامر ليحررنى من تلك العقبات التى تحول دون نعمتك.
وأرجوك أن تضع أية أحاسيس غير ملموسة تجاه والداى
أمام نورك وحبك. وسواء مازال أبواى يحيون على تلك

الأرض أو قد ذهبوا ليكونوا معك فدعهم يعلمون أن
العلاقة التى بيننا محاطة بروحك المصالح.

وإن كنت قد جرحت من بعض الخبرات
المدرسية والتى مازالت تؤثر على تفاعلى مع الآخرين
حتى الآن ، فادخل نور حبك إلى تلك المواقف. دعنى
أشعر بوجودك معى خلال أعوام الدراسة حينما
أتصورك جالسا معى على نفس المقعد لتعضدنى فى
دراستى وتحمينى من أية تهديدات تبدر من زملاء
الفصل أو من مدرسى.

حررنى من ألم أى إيذاء جسدى أو جنسى قد
حدث لى من الآخرين. أنت تعلم يا يسوع مقدار الخزى
والإرتباك اللذان مازالا يعملان بداخلى بسبب هذا الإنتهاك
الذى قد تعرضت له. ساعدنى أن أشعر بلمستك الرقيقة
الحانية وهى تعتقنى من أى شعور بالخطية. إغسلنى
وطهرنى ، دعنى أسترد شعورى بالقيمة مرة أخرى ، كما
هو المزمور القائل:

"طهرنى بالزؤفا فأطهر ،

إغسلنى فابيض أكثر من الثلج.

إسمعنى سرورا وفرحا ،

فتبتهج عظاما سحقتها.

إستر وجهك عن خطايى ،

وإمح كل آثامى.

قلبا نقيا إخلق فى يا الله وروحا مستقيما

جدد فى داخلى"

(مز ٥١: ٧ - ١٠)

ساعدنى أن أصدق إنى حقا قد تطهرت من كل

دناستى فى دمك الثمين. هبنى النعمة كى أتغلب على

أحاسيس الإستياء والشعور بالخيانة ، كيما أستطيع أن أبدأ

فى الثقة بالآخرين من جديد.

يا يسوع ، إن كانت روحى لازالت تبكى شخصا

محبوبا قد مات حينما كنت طفلا فأرجوك أن تعفنى من

ذاك الحمل. مكننى من أن أطلق ذاك الشخص فى

حضانك، مصدقا أننا سوف نلتقى يوما ما فى السماء.

عزنى بحبك حتى يتحول حقا كل حزنى وأسأى إلى فرح.

دع كل ما يصاحب طفولتى يتحد بك أنت
شخصيا، حتى يبقى كل ما هو صالح وينزع كل ما هو
عائق.

إنى واثق من أنك سوف تستمر تبارك هذه الفترة
من حياتى بكل النعمة الضرورية للشفاء ، وأنتك سوف
تحقق إجابات صلاتى تلك بإسلوبك الخاص وفى وقتك
الخاص.

أمين

الفصل السادس

المراهقة

تُعرّف المراهقة في المعجم على أنها الفترة فيما بين الثانية عشر والعشرون من العمر حيثما ينمو الشخص من الطفولة إلى النضوج. وقد تبدو شيئاً هيناً حينما تُقدم على هذا النحو، ولكنها في الحقيقة هي فترة نمو بالغة الألم لدى أغلب الناس. فالتوترات الداخلية والضغوط الخارجية التي يلاقيها المرء أثناء هذه الفترة من العمر غالباً ما تكون أكثر إلحاحاً من أية أمور أخرى يمكن أن نصادفها خلال فترة حياتنا كلها. وتشهد الإحصائيات الحديثة لهذه الحقيقة بتقرير مروع يقول أن الانتحار حالياً هو السبب الثاني للوفاة بين الشباب الذين هم بين سن الخامسة عشر والخامسة والعشرون بالولايات المتحدة الأمريكية. فليس معنى أنك صغير أنك بلا مشاكل.

لقد سعدنا كثيراً بأن أبنائنا الخمس قد ولدوا في مدى ست سنوات متتالية مما جعلهم يتخطون سنى

مراهمهم معا وفى وقت واحد. وسرعان ما تبددت الأحلام
الوردية التى ربما قد حملتها معى منذ سنوات الدراسة
الثانوية حينما أخذنا فى مواجهة الأزمات اليومية
لنزاعاتهم. فإنى أذكر جيدا إبتنا الوسطى "بيت" حينما
كانت فى الخامسة عشر من عمرها وهى جالسة على
فراشها تصرخ من كل قلبها قائلة: "إنى لا أفهم ماذا يحدث
لى ، فإنى أحس جميع أنواع المشاعر التى لم أختبرها من
قبل مجتمعة معا".

وهذه العبارة لهى بحق تصف وبدقة مجمل وجوهر
عملية المراهقة ، حين يحاول المرء التعرف على كل تلك
المشاعر المتدفقة ووضعها تحت نوع من القيادة الطيبة.
ومن الممكن أن تكون هذه من أشق المهام وأكثرهم رعبا إن
لم تدعم بالكثير من المساندة العاطفية من قبل الوالدين
والمدرسين وكل شخص ناضج يمكن الوثوق به.

يجتاز الفتيان والفتيات فى سن السادسة عشر ما
يوازى إنهيارا عصبيا وهم يحاولون أن يتصدوا لربوات
النزوات التى تتفعل باستمرار مع جهازهم العصبى.
وفى أثناء محاولاتهم مع نموهم البدنى المتزايد - بغض

النظر عن المتاعب الناجمة عن تصميم الملابس التى لا تتمدد معهم فى فترة المراقبة - فهم يصطدمون باحتياجهم للكفاح مع مختلف أنواع المشاعر التى قد جددت عليهم. ويزيد من الأمر تعقيدا الضغط الناتج من محاولة التفوق فى الدراسة ، والسعى لتكوين فريق رياضى للكرة، ومحاولة الحصول على وظيفة جانبية وأيضا الوصول إلى قرار مصيرى من جهة مستقبلهم المهنى. وبينما هم يناضلون خلال كل تلك المتاهات تأتى العملة أو الخالة فى زيارة قائلة: "إستمتعى بحياتك يا صغيرتى فهذه هى أحلى سنوات عمرك". فلا عجب إذا فى إعتقادهم بأن هؤلاء البالغين والناضجين هم أناس أغبياء. ولا عجب أيضا فى أنهم يقشعرون لمجرد تفكيرهم فى دخول مرحلة النضوج إن كانت المراقبة هى أفضل ما تقدمه الحياة. وبالرغم من أن الضغوط الواقعة على عواتق الشباب اليوم هى بلا شك أكثر إلحاحا مما كانت عليه فى الأجيال السابقة إلا أن الشوط الذى قطعناه نحن فى فترة المراقبة ليس أقل إيلا ما على أى حال. فالرغبة فى الإستقلال عن سطوة الآباء والحاجة لأخذ القرارات بأكثر حرية دائما ما يخلقان توترا بين الآباء والأبناء. فالرغبة

فى أن "أفعل ما أريده" وأن "أحقق ذاتى" هى رغبة متجددة فى كل الأجيال ، تماما مثلما حدث مع الإبن الضال ، وكثيرا ما تتجسم عنها نفس النتائج. فإذا تركنا أنفسنا لنزعاتنا الداخلية فإن هذا لن يشبع أبدا الجوع الصادق إلى الحرية الحقيقية لأرواحنا. لقد عاش القديس أغسطينوس على مستوى إشباعه لذاته لأكثر من أربعين عاما قبل أن يجد قوله المأثور: "إن قلوبنا لن تجد راحة البتة إلى أن تستريح فيك يارب". قصة محاربته المستمرة ضد العالم والجسد والشيطان بوسعها أن تكون مصدر عزاء كبير للأبناء الذين يرون أبنائهم يتيهون مبتعدين عن الرب. فذاك الرجل الذى صار مصلحا للكنيسة فيما بعد دائما ما كان يعزى إلهتدائه إلى الصلوات المخلصة لأمه "مونيكا" ، فلا يمكننا أبدا أن نقلل من شأن صلوات الوالدين وأهميتها فى الحفاظ على حب يسوع الواقى محيطا بأبنائهم. وإنى شخصيا لعلى إعتقاد بأنه حينما يهبنا الرب أبناءا فهو يمنحنا أيضا سلطانا روحيا على حياتهم حتى أن صلواتنا لأجلهم تحمل قوة خاصة ضد مكائد الشرير. وياله من طفل محظوظ ذاك الذى له أبوان يدركان تلك الحقيقة.

إن نزاع الإرادة ذاك بين الآباء من ناحية والأبناء من ناحية أخرى عادة ما يخلق خلافات عنيفة تؤدي بدورها إلى الكثير من المشادات والمشاحنات. بينما في بيت يفهم فيه الوالدين أنهم موضوعون تحت الاختبار من أبنائهم سوف يحتفظون بمكانتهم بالرغم من الخلافات بل وسيضيفون ثباتاً لحياة أبنائهم. وفي الحقيقة أن الأطفال يصدقون إهتمام والديهم بهم حينما يتبعون معهم نظاماً سليماً في التهذيب حتى وإن استمروا في تصنع العصيان. وكثيراً ما سمعت أصدقاء لأطفالنا يذكرون: "أن والدي فلان لا يهتمون به حقيقة ، فهو يستطيع أن يفعل كل ما يترأى له". بينما في بيوتهم قد يقول هؤلاء الأطفال لأبائهم أن هذا "الفلان" محظوظ حقاً لتلك الحرية التي يتمتع بها ، كي يلتمسون تخفيف الضوابط والقيود عليهم. تلك هي متناقضات تلك المرحلة.

وقد يظل تأثير تصادم الإرادات بين الآباء والأبناء إلى مرحلة النضوج إذا ما تحول إلى أسلوب سلوكي مدمر. فقد قضى الكثيرين معظم حياتهم كأشخاص بالغين في محاولة لأن يثبتوا لأحد الوالدين أو لكليهما أنهم

أشخاص بالغين ومستقلين. فى حين أنه من الطبيعى أن يوجد هذا الإتجاه بقدر ما فى المراحل الأولى للإستقلال عن الوالدين مع إحتفاظنا بشعور صادق بالإحترام لوالدينا، حيث نأتى إلى النقطة التى يجب فيها أن يكون دافعنا ومحركنا الأول هو الرغبة فى إرضاء الرب. إلا أن الصراع الداخلى للنمو فى هذه المرحلة إنما يُظهر فى حياتنا المناطق التى تحمل الصراعات والتى لم تحل بطريقة سليمة مع آبائنا ، تلك التى نحاول بطريقة لاشعورية مواراتها خلف دفاعنا عن أنفسنا ضد سلطتهم. فإن تلك المشاجرات إن لم تكن قد إنتهت فى آخر المطاف بتعبير عن التصالح مثل معانقة دافئة حتى وإن ظلت الإختلافات فى الآراء كما هى ، فإن هذا التصدد فى العلاقة بين الآباء وأبنائهم يمكن أن يترك ألما مبرحا فى داخل الأبناء مما يشكل صعوبة لهم فى الإنتقال إلى المرحلة التالية من النمو. وكثيرا ما نستمر بطريقة لا شعورية نكافح وبشتى الطرق لإيجاد حل لهذه المشاعر المجروحة ، مما يسبب إستنزافا للكثير من طاقتنا الذهنية. من الطبيعى أن تقع الخلافات والمشاحنات فى فترة المراهقة ولكنها إن عولجت بإسلوب سليم من الحب

والحزم لأمكننا أن نتعلم الكثير من الأساليب المفيدة فى التعامل مع الغضب.

وقد يلقى الأبناء الذين ينشئون فى بيت لا يسمح بإظهار مشاعر الغضب أو التعبير عنها بل ينكرها ويكتبها بشتى الطرق والحيل المتنوعة ، فقد يلقى هؤلاء الأبناء العديد والعديد من المشاكل التى تخلق فى المستقبل سلوكاً معوقاً وغير سوياً. والشخص الذى له هذا النوع من الخلفيات فى حياته السابقة حينما يتزوج من آخر إعتاد على أن يفصح مجاهرة عن مشاعره كلما سنحت الفرصة، فربما يصاب هذا الشخص بالرعب ويميل إلى الإنسحاب. وكثير من المشورة فى عيادات الصحة النفسية اليوم تركز على أهمية المشاعر من جهة إرتباطها بالنضوج والنمو. ولقد عملت فى مصحة نفسية لمدة عام واحد حيث كنا نقضى ساعات طوال فى مساعدة المرضى على أن يستريحوا من أعراض الضيق البادى عليهم بأن نوضح لهم الأسباب التى تعمل خلف تصرفاتهم تلك. إلا أن هذا العمل لم يكن مشجعاً حيث أن فهمهم لجذور مشكلاتهم

لم يأتى سوى بالقليل جدا من الراحة لأغلبهم. لكنى وبعد أن إنخرطت فى خدمة الشفاء الداخلى وتعلمت الكثير عن هذا الأمر إكتشفت أننى قد وجدت الحلقة المفقودة. فإن فهم الأسباب والجذور التى وراء ما نفعله ربما يكون هو الخطوة الأولى فقط ، ولكن التحرير الحقيقى يأتى حينما أستطيع أن أدعو يسوع أن يحررنى من قيود الماضى. إن الله أعطانا عواطف غنية جدا ولكنها يمكن أن تصبح خلقة حقا حينما ندعه يعلمنا كيف نضعها فى حالة إتزان.

إنى أتذكر صلاتى مع رجل أعمال متوسط العمر كان يشكو من نوبات متكررة من القلق حتى كانت تؤثر على عمله. لقد كانت هناك الضغوط المعتادة الناجمة عن روتين حياته اليومى ، ولكن لم يوجد شئ بمقدوره أن يعال موجات الخوف والإضطراب التى كانت تهاجمه بإزدیاد. وحين تحدثنا عن حياته وصف نفسه بأنه عنيد وقوى الإرادة موضحا إن ذلك قد جلب له المتاعب فى بعض الأحيان. ولما طلبت منه إيضاحا أكثر قص على مشادة حدثت فى فترة المراهقة بينه وبين أبيه حول

إستخدام السيارة. ولكنه ورغم تحذيرات والده خرج وقاد السيارة كما يشاء ووقعت له حادثة فى الطريق. ولحسن الحظ أنه لم يصب بأذى ولكنه حين وصل إلى البيت وجد سيارة إسعاف تتسحب من الطريق وهى تضىئ الأنوار وتطلق الصفارات. لقد أصيب والده بأزمة قلبية إثر سماعه الخبر ثم توفى وهو فى الطريق إلى المستشفى ولم تكن هناك أية فرصة لإصلاح الخلاف بينهما.

فأوضحت له أنه لابد وأن يضع نهاية لمثل هذه الخبرة والتي ربما تكون ذات تأثير على نوبات القلق التى تجتاحه. وسألنى : "كيف يمكن أن أتصالح مع أبى وهو ليس على قيد الحياة؟". فأخبرته بكل بساطة أن الرب يسوع المسيح الذى هو الوسيط الوحيد بين الله والناس (١ تيمو ٢ : ٥) يمكن أن يكون هو المصالح بينه وبين أبيه ، وقلت له: "إطلب من الرب يسوع أن يخبر أباك كم تشعر بالأسف على عدم طاعتك له ، وإسأله أن يسامحك على عصيانك لأبيك". لقد كانت صلاته موجزة جدا وتحتوى على القليل من التعبيرات العاطفية و لكنى كنت قد تعلمت أن قوة يسوع المسيح

الشاقية لا تعتمد على ما نختبره من مشاعر أثناء فترة الصلاة. وعادة ما تمر فترة من الوقت قبل أن يلمس العقل الباطن الشفاء ويتحرر. ولقد أطلق الكاتب المسيحى "أجنيس سانفورد" - الذى كتب الكثير ليعلم عن الشفاء الداخلى - على العقل الباطن لفظ "الصغير الذى بداخلنا" ، حيث يقول : "أحيانا يقتضى الأمر بعض الوقت حتى يتلامس "الصغير الذى بداخلنا" مع رسالة الشفاء ، ولكننا يجب أن نثق بالرب فى أنه لأشئ أبدا يمكنه أن يعيق صلاة الإيمان".

وقد حدث فى حالة رجل الأعمال هذا أنه إتصل بى هاتفيا فيما بعد ليصف لى حلما حلم به فى الليلة السابقة، حيث رأى فيه يسوع واقفا وهو يضع ذراعه على والده. وقد كان كلاهما يبتسم حين قال له الرب: "لاداعى للقلق يا "بارى" ، إن كل شئ على مايرام الآن". وقد إستيقظ بأحلى شعور بالسلام قد إختبره من ذى قبل ، الأمر الذى بدا وأنه يدل على نوع من التحرير قد حدث له بالفعل. وفى آخر حديث له معى أخبرنى أن حالات القلق

التي كانت تتتابه قل تكرارها بطريقة ملحوظة وأنه
مستمر في طلب مشيئة الله لحياته.

إن مثل هذا المثل يكشف لنا الحاجة إلى الغفران
في علمية الشفاء الداخلي. وقد ذكرت في كتابي الأول
"صلاة الشفاء"^١ أنه لا يوجد شيء يستطيع أن يعيق قدرتنا
على الصلاة لأجل أنفسنا أو لأجل الآخرين أكثر من عدم
الرغبة في المغفرة. فعدم الغفران يعمل بمثابة حاجز خفي
بيننا وبين الأب ، الأمر الذي يمنع بركاته من أن تنهمر
علينا أو على من نصلي لأجلهم.

وقد إنقضت خمس سنوات منذ أن كتبت هذه
الكلمات ولكني مازلت شديدة الإقتناع بأننا نضع عوائق
كبيرة في طريق محبة الله حينما نتمسك بغیظنا ونبرر
موقفنا بأنه غضب محق. إن كان لأي شخص الحق في
أن يشعر بالمرارة وأن تجرح مشاعره، فقد كان
يسوع. لقد سخر منه الجموع بل وإحتقروه وعذبوه. لقد
تركه معظم أصدقائه وأقاربه ، إلا أنه وفي لحظات ألمه

(١) Ave Maria Press, Notre Dame, Indiana, 1976

الأخيرة صلى قائلا: "يا أبتاه اغفر لهم لأنهم لا يعلمون ماذا يفعلون" (لو ٢٣ : ٣٤). لقد علم يسوع أن عمله الكفارى لن يكون كاملا قبل أن يصفح الجانب البشرى منه عن كل شخص له صلة بعملية صلبه.

وبنفس الكيفية يمكن إعاقة تسليم حياتنا للآب وطلب شفاءه لنفوسنا حينما نرفض أن نغفر. نحن نحتاج أن نعلم أنها مرحلة طبيعية من مراحل المراقبة تلك التى فيها يلوم الأبناء آبائهم - بل وكل رموز السلطة الآخرين - على كل ما يشعرون به من تعاسة وشقاء. حيث يشعر المراهقون فى هذه الفترة بأنهم ضحايا لا حول لهم ولا قوة ، مسلوبى الإرادة والعزيمة ، ومن ثم يلزم البحث عن شئ ما خارج نواتهم كمسبب لكل هذا الألم. وعادة ما يصبح الوالدان هم الهدف الطبيعى لتلك الإتهامات ، إذ نعتبرهم مسئولون عن تعاستنا.

وإن إستمر ذلك الإتجاه إلى مرحلة النضج وتحول إلى إعتياد فسوف يعيق عملية النضوج على الصعيد العاطفى. فإن لومنا للآخرين على ما نقوم به نحن ورفضنا لأن نقبل مسئوليتنا عن سلوكنا ، إنما يلمح بأننا

مازلنا عالقين بمستوى المراقبة. ولكن إطلاقنا للغفران لمن نعتبرهم السبب فى مشاكلنا من الممكن وأن يكون خطوة كبيرة نحو تعلمنا لكيفية التعامل بفاعلية أكثر مع حياتنا العاطفية. علاوة على إن الغفران أيضا يمكننا من الحفاظ على وصية إكرام (إحترام) الوالدين. ومما هو جدير بالذكر أن تلك الوصية هى الوحيدة التى تحتوى على وعد : "إكرم أباك وأمك كما أوصاك الرب إلهك لكى تطول أيامك ولكى يكون لك خير على الأرض التى يعطيك الرب إلهك." (تث ٥ : ١٦). وفى الحقيقة نحن نسيء إلى أنفسنا حينما نقصر فى مراعاة هذه الوصية حيث أننا ننكر البركات المرهونة لنا من قبل الرب.

إن ضغط النظير (الحاجة إلى أن نكون مقبولون من زملاء الفصل والأصدقاء) هو أيضا صفة سائدة بين الشباب المراهق. كذلك أيضا مشاعر الخجل من أن نفعل بمفردنا شيئا ما قد يجذب الإنتباه إلينا كأفراد (بإستثناء المنافسة الرياضية التى يكون فيها التفرد أمرا مقبولا). فتشكلنا وفقا لشلة معينة إنما يعلن عن أننا أشخاص مقبولون وذوى قيمة ، ومن ثم فنحن نسعى جاهدين

للحفاظ على مكاننا فى الشلة طوال فترة المراهقة. وإنى
مازلت أذكر الجاكت المشمع الأزرق وحذاء جلد الغزال
الأبيض اللذان كانا العلامة المميزة لشلتنا إلى أن إلتحقنا
بالمدرسة الثانوية.

وبينما نرى أنماط تحقيق الذات الشبابية غير
الضارة هذه، فماذا عن الشخص الذى لم يشعر أبدا بالقبول
من نظرائه؟! ماذا يحدث للشخص الذى يقطع فترة
المراهقة وحيدا ، وربما قد يضطر أن يترك مدرسته
مبكرا؟! فإن مثل هذه الحالات والمواقف عادة ما تقود إلى
إحساس بالتفاهة وصغر النفس (الإحساس بالنقص) الشئ
الذى يستمر معنا فى الحياة إلى ما بعد هذه المرحلة.

وتعطينا الأغنية الشبابية التى كتبتها وغنتها
"جانس إيان" وصفا حيا لهذه الحالة حين تقول:

فى السابعة عشر عرفت الحقيقة

الحب ملكا لملكات الجمال

وحسنوات الفصل

ذوات الابتسامات الفاتنة

اللاتى تزوجن مبكرا ثم تقاعدن.
عيد الحب الذى لم أعرفه أبدا ،
أمسيات السمر التى قضاهما الشباب
مع من هى أجمل...
فى السابعة عشر عرفت الحقيقة.
لمن عرف منا الألم
فى أعياد الحب التى لم تأتى أبدا ،
ولهؤلاء اللاتى لم تنده أسمائهن
عند إختيار أى من الفرقتين...
لقد كان هذا منذ زمن بعيد مضى ،
حين كان العالم أصغر كثيرا ،
وكانت الأحلام فقط..
هى ما خرجت به
الفتيات السوداء مثلنى ،
فى السابعة عشر.^٢

(٢) Janis Ian, Copyrighted by Mine Music and April Music, Inc. 1974

إن قسوة زملاء الفصل فى التعليقات والنكات الساخرة التى يطلقونها بعضهم على البعض إنما تترك جروحا عميقة فى نفس المراهق الرقيقة لا تشفى منها بسهولة. أيضا السخرية من الشخص ذو الجسم النحيل (سواء فتى كان أم فتاة) فى حجرة تغيير الملابس وإنما يعطى إنطبعا للمراهق بأنه شخص "دون المستوى" مما يعيقه عن التوافق الجنسى الصحيح فيما بعد.

وأما بالنسبة لحكاوى المراهقين عن مغامراتهم العاطفية المؤثرة فهى من الممكن أن تصنع روايات كثيرة شائعة ، إلا أنها فى الحقيقة تحوى الكثير من الألم بين طياتها. وإنى أتذكر صلاتى مع رجل شاب كان يعانى من صعوبات كثيرة فى التعامل مع زوجته. فهو لم يصدق مطلقا أنها تحبه وإنما بقى جزء منه دائما أبدا متشككا وغير مقتنعا بحبها له مهما حاولت هى أن تقنعه. ولكن تم علاج الموقف حينما سألنا الرب يسوع أن يشفيه من مشاعر الرفض التى قد عاناها حين خلت به صديقته أثناء فترة الدراسة من أجل شخص آخر. وقد آلمته جدا ذكريات تلك الحادثة حتى أنه عزم على أن لا يثق بأى

فتاة مرة أخرى. ومثل هذا النوع من القرارات يتخذ بجدية في العقل الباطن الذي يرسل بدوره بعض إشارات التحذير كلما بدت في الأفق احتمالية حدوث علاقة وثيقة بينه وبين أى فتاة أخرى. عادة ما تحوى فترة المراقبة الكثير من العلاقات المبتورة والعهود المكسورة التى تخلف وراءها قلوب محطمة ايضا. وإذا جلبنا تلك الذكريات إلى نور محبة الآب وسمحنا له بأن يشفى موضع الأذى فسوف نحصل على الكثير من الراحة لآلام كثيرة.

وماذا عن الشخص الذى سلك سلوكا مدمرا مثل معاقرة الخمر وتعاطى المخدرات أو السرقة ، أو الإنحلال الجنسى كمحاولة منه لإثبات حريته وإستقلاله. إن الشعور بالذنب الناجم عن مثل هذه المواقف إنما يحتاج إلى العلاج وإلا فسوف تستمر صورة الإنسان التى رسمها عن نفسه سيئة ومليئة بالمعاناة. ويمكن أن يجلب إعترافنا بخطايانا خاصة فى ظل خدمة المصالحة - كما تقدم أنفا - بركات كثيرة. فالرب يشاق أن يحررنا من ربط الماضى ، إلا أنه لن

يتخطى حرية إرادتنا لى يمنحنا شيئاً ما. فهو قد بكى وهو يتطلع إلى المدينة المقدسة، قائلاً : "يا أورشليم يا أورشليم ... كم مرة أريدت أن أجمع أولادك كما تجمع الدجاجة فراخها تحت جناحيها ولم تريدوا." (مت ٢٣ : ٣٧).
فهناك نور لإرادتنا يشتمل على السماح ليسوع بأن يحررنا من طبيعتنا المتمردة من أجل أن يهبنا حياة جديدة. فهو ينتظر بكل صبر أن نوقف محاولتنا لإصلاح أنفسنا ، وأن نسلم أخيراً كياننا الداخلى بين يديه كيما يستطيع أن يملئنا بالسلام.

وبوسع النمو الجنى السريع الذى يحدث لنا خلال فترة المراهقة أن يكون مصدر صراع داخلى. فالمرهقون أنفسهم يتناقشون حول موضوع كيفية التعامل مع هذه العواطف الجياشة التى تضطرم بداخلهم. فالمعلومات والتجارب المغلوطية والخاطئة من الممكن أن تجلب الكثير من المعاناة فيما بعد فترة المراهقة. والعديد من الناس لا يستطيعون أن يكونوا أو يقيموا علاقات جنسية سليمة ومبنية على الحب المتبادل نتيجة للإتجاهات الجنسية المشوهة المتقلدة من الآباء. ويمكن أن تتأرجح

تلك الإتجاهات من الكبح الصارم إلى التشجيع العلنى
والسماحية المطلقة. وكلا الناحيتين يعكسان صورة مشوشة
عن الجنس.

ومن الواضح أننى لا أستطيع أن أفحص كل الطرق
التي بها يؤثر التوجيه المبكر الذى تلقيناه فى الصغر على
حياتنا الجنسية كأشخاص بالغين. إن أرفف المكتبات
المعاصرة اليوم تمتلئ بما كتب عن تلك الموضوع بعدما
أخذنا نعوض أنفسنا عن سنى التحريم الثقافى بإنفجارية أدبية
فى هذا المجال. أما فيما يخصنا نحن بشأن الشفاء الداخلى ،
فإن المشاكل المتعلقة بالحالة الجنسية يمكنها أن تشفى وأن
تستقر بلمسة الرب يسوع الشافية. ويصبح ذلك واضحا حينما
نأخذ بعين الاعتبار أن يسوع قد أقيم من الأموات بكل
عناصر إنسانيته وهى لم تمس ، مع العلم بأن حالته الجنسية
هى جزء من كيانه المقام من الموت. فنحن نستطيع أن نسأله
أن يملئ ذلك الجزء من طبيعتنا بكماله ، وأن يشفينا من أية
تأثيرات سلبية وأية إتجاهات مغلوبة وخاطئة وأيضا أية
وصايا مملوءة تخويفا. وهنا ومرة أخرى تتضح أهمية
العذراء مريم - أم يسوع - لهؤلاء الذين يمثلون الجنس

الأثوى منا. فقد يصعب بعض الشيء أن تتشارك الإنثاء مع يسوع من ناحية الإحساس بحالته الجنسية ولكنهم يستطيعون أن يسألونه أن يبارك أنوثتهم بنفس الطريقة التى لمس بها مريم العذراء إذ ظلل عليها بالروح القدس حين قبلت أن تكون أما للمخلص. فقد كملت أنوثتها بواسطة الآب لأنها لم تخف أن تستودع ذاك الجزء من كيانها فى رعايته. ويمكن أن تكون الفقرات الكتابية الكثيرة التى تصف حياتنا الروحية بالعلاقة الزوجية مصدرا قيما للتأمل فى عملية الشفاء الداخلى. ومن إحدى الفقرات التى وجدتها تناسب النساء نوى الإقتاعات الفقيرة عن أنفسهم هى (أشعيا ٦٢ : ٣ - ٥):

"وتكونين إكليل جمال بيد الرب ،
وتاجا ملكيا بكف إلهك.
لا يقال بعد لك مهجورة ..
ولا يقال بعد لأرضك موحشة ،
بل تدعين حفصية (أى مسرتى بها) ،
وأرضك تدعى بعولة.
لأن الرب يسر بك ،
وأرضك تصير ذات بعل.

لأنه كما يتزوج الشاب عذراء ،
يتزوجك بنوك.
وكفرح العريس بالعروس ،
يفرح بك إلهك.

فيسوع يريد أن يشفيها لكي يجعل الجنس فينا
منبع حياة، وليس عائقا للحياة. فإن تعلمنا أن نقبل رجولتنا
أو أنوثتنا بكامل طبيعتها الجنسية - حتى بالنسبة لغير
المتزوجين - فإن هذا كفيلا بأن يفجر ينابيع الخلق
والإبداع بدواخلنا. إن كثير من عملي هو مع أناس قبلوا
أن يعيشوا حياة البتولية كرهبان أو راهبات أو حتى كهنة.
وإنني أرى أن تكريسهم لا يكن أبدا كاملا إلا عندما
يواجهون الناحية الجنسية في حياتهم ويتقبلونها ويتعلموا
كيف يسلمونها للرب بالكامل.

إن عالم المراهقين هو عالم متقلب الأحوال ،
محير بل ومخيف أيضا. وهو مليء بالتوتر الدائم ولكنه
أيضا يقدم لنا التحديات التي تستطيع أن تعمق فهمنا
لأنفسنا والله وللآخرين. إن الحياة لا تقدم لنا أية
ضمانات ضد الألم ، فعلى مكتبي قد وضعت لافتة

تقول: "بلا ألم لا يوجد ربح". وإنما التجارب المؤلمة التى نصادفها فى مسيرة حياتنا تساعدنا على أن نصبح أكثر حساسية للعالم من حولنا على المستوى البشرى وعلى المستوى الروحى أيضا. إن عدم التعرض لأى ألم نفسى لن يجعل منا كائنات بشرية أكثر صحة وكمال، تماما كما أن عزل أى طفل فى بيئة خالية تماما من الجراثيم والميكروبات أمرا لن يؤهله للعيش على ظهر هذا الكوكب. فبينما نتعلم أجسامنا أن تتكيف مع الكائنات الأولية نكتسب حصانة ضد العديد من الأمراض ، وكذلك بينما نتعلم عقولنا أن تواجه مشكلات الحياة اليومية نكتسب حكمة وفهم.

فالهروب من حوادث الحياة الطبيعية على وجه هذه البسيطة عن طريق الخمر أو العقاقير أو أى وسائل أخرى للهروب ربما يطيل عملية المراقبة لأكثر بكثير مما قدر لها ، مما يجعلنا غير خائفين وغير مطمئنين على الدوام.

دعونا نسمح للرب أن يلمس وأن يشفى الطرق
والأساليب التي بها مازلنا معلقين في إختبارات المراقبة
مما خلق الحواجز والعوائق بكياننا الداخلي.

صلاة:

أيها الرب يسوع ، أسألك أن تعود معي في حياتي
إلى تلك الفترة بين طفولتي ونضوجي والمعروفة
بالمراقبة ، وأن تبدأ في إبرائي من أي ذكريات أليمة قد
حدثت في ذلك الوقت. دع نور روحك القدوس يدخل
النتايا المظلمة لعقلي الباطن كي يظهر أي جزء مازال
يحتاج إلى تطهير وتحرير.

فإن كانت هناك سلوكيات لازالت تملئني بمشاعر
الخزي والإرتباك فإني أسألك يا يسوع أن تغسلني من
إحساسي بالذنب بدمك الثمين الذي قد سكب لغفران خطايي.
وأرجوك أن تعطيني الشجاعة لأن أعترف بمعاصي علنا
حتى ، إن كان في ذلك عوناً لي. وإن كان كياني الداخلي قد

شعر بطريقة أو بأخرى بعدم النقاء فإنى أشكرك لأجل حبك
المطهر الذى يغسلنى فأبيض أكثر من الثلج.

يا يسوع ، إنى أسألك أن تحررنى من مشاعر
الرفض التى عانيتها خلال تلك الفترة من حياتى. من
الأوقات التى أحسست فيها بأنى مستثنى وغير مقبول من
الشلة ، حينما ضايقتنى وسخر منى رفقائى وجعلونى أشعر
بالإختلاف عنهم. ساعدنى أن أصدق أننى حقا أنتمى
لمملكة سماوية لا يوجد بها تفرقة بين الأفراد ، حيث
الجميع فيها مقبولون. دعنى أرى نفسى من خلال عينيك ،
فمن خلاك قد صرت مستحقا لحياة أبدية ، لذلك فأنا
عضوا ذو قيمة فى مجتمع الله. علمنى ألا أسألك (من أنا؟)
بل اسأل (لمن أنا؟) بينما أنت ترينى حقا لمن أنا أنتمى.

يا يسوع لقد كان هناك الكثير من التوتر بينى وبين
والداى فى فترة المراهقة. فقد تصادمت إراداتنا حينما
حاولت أن أستقل وأن أتحرر عن قيمهم لأعيش حياتى
الخاصة. وبينما أنا أدرك أن هذه سمة عادية بل وطبيعية من
سمات المراهقة فإنى أسألك أن تلمس الذكريات التى لم تشفى
بعد والخاصة بالمشاجرات والمشاحنات التى أحدثت ألما بيننا

ولم تحل بشكل صحيح. ربما مازلت أضمر إمتعاضا تجاههم بسبب نظامهم الصارم أو ملحوظاتهم القاسية. وإن كان الصلح يحتاج إلى أن يعبر عنه في صورة خطاب أو إتصال هاتفى ، أو حتى زيارة فأعطني الشجاعة أن أخطو الخطوة الأولى على طريق السلام.

ساعدنى أن أكف عن لوم الآخرين لأجل أى مواقف إخفاق فى حياتى وأن أبدأ فى تحمل المسئولية عن سلوكى الخاص بى. إنى أحضر مراهناتى المتمردة عند أقدام صليبك راغبا فى الخضوع لرعايتك ، فلا أعود أقول "إنى أفضل أن أفعل ذلك بنفسى" فيما بعد.

يا يسوع إنى أشكرك على الحب الذى أبرزته لى حينما أحضرت تلك المنطقة من حياتى إلى دفء محضرك. وأنا أثق بأنك سوف تستمر فى عملية الشفاء هذه بينما أبقى ملازما وقريبا منك بكل طريقة ممكنة.

أمين

الفصل السابع

النضوج

وأخيراً قد وصلنا إلى المرحلة التي أصبحنا بها كباراً بالغين ومهيئين للحياة ! (وكأننا لم نكن نحيا في مراحل النمو السابقة). وبرغم الإعتراض فعلى العكس من ذلك ، نحن في الحقيقة لم نكمل نمونا بعد ولن ننهي أبداً هذا النمو. ولهذا ينطبق القول المأثور "صبراً ، إن الله لم يفرغ مني بعد" على مرحلة النضوج كما ينطبق على مراحل النمو الأخرى أيضاً. وتعتبر مرحلة النضوج هي أطول مراحل عمر الإنسان ، فطبقاً لجداول شركات التأمين على الحياة فإن الشخص البالغ من العمر خمس وعشرون عاماً من المنتظر أن تمتد حياته على الأرض خمسون عاماً أخرى. ولا تعتبر هذه المرحلة فترة ركودا سيكولوجيا بل أنها فترة غنية بفرص النمو العاطفي والروحي لهؤلاء الذين يرغبون في نموا مستمرا وتطورا متصلا. ومن المؤكد أن جوانب البلوغ المتعددة إنما تزيد

من وعينا ومعرفتنا بالعالم المحيط بنا. فعندما نفصل عن أسرنا ونتحقق بالعمل ونلتزم بعلاقات جديدة فإننا نضطر لمواجهة مشاكل الاختيار ومشاكل التقابل مع أمور ومسئوليات جديدة علينا تماما. وهذا أمر طبيعى ففى تسديد متطلبات الحياة لدى الشخص البالغ وتعلم مواجهة المشاكل فى العلاقات وفى قبولنا لتحمل مسئوليتنا عن سلوكنا ،فى هذه جميعها نجد وسائل هامة لنمونا الروحى والنفسى. كما أن هذه العوامل أيضا توفر لنا الفرص المناسبة للتشبه أكثر بيسوع الذى "كان يتقدم فى الحكمة والقامة والنعمة عند الله والناس" (لو ٢ : ٥٢) وهو يدخل إلى مرحلة النضوج. إن ما نواجهه من صراعات أثناء هذه الفترة من الحياة من الممكن جدا أن يكون خطوة هامة تقربنا إلى الله وإلى بعضنا البعض. فإن خلت الحياة من المشاكل والصعاب لأصبحنا مكتفين بذواتنا وصرنا منغلقيين على أنفسنا فى عالمنا الصغير ، غير منفتحين على العالم الخارجى لإكتشاف جوانب القوة غير الظاهرة فى طبيعتنا. إلا أننا مدعوون إلى النور وإلى إدراك ذواتنا حتى نستمر فى النمو ، الأمر الذى لن يحدث إلا عندما نكون مستعدون لمواجهة كل ألم داخلى بل وما يوجد أيضا

من أحزان خارجية. ومن المؤسف أن مجتمعنا الحاضر لا يدرك قيمة وأهمية مواجهة الواقع ، لذا نرى الناس يهربون عن طريق العقاقير والمخدرات والخمور والعلاقات الجنسية المحرمة ، تلك الأمور التي لا تمنح السلام أو الفرح ولا تقدم الصبر والحب لعالمنا ولكنها فقط تستر وتخفي مظاهر الإضطراب بل وتؤخر العلاج والشفاء الذي نحتاجه جميعنا.

إنه لأمر مستحيل تقريباً أن نحصل على النضوج الروحي والعاطفي دون اجتياز الألم الذي يصاحبه. إلا أن تشبعنا بخرافة السعادة الحسية يجعلنا نصاب بالإضطراب والإحباط حين تعترض المتاعب طريقنا. فكثيراً ما كانت تنتهي قصص الأطفال بالعبارة الشهيرة "وعاشوا في تبات ونبات" حتى أننا صرنا لا نتوقع سوى البهجة والمرح ونحن نقترّب من مرحلة النضوج. فإذا واجه الزوجان بعض الخلافات أو إذا جاء العمل على غير المتوقع فإن رد فعلنا الشائع هو محاولة التخلص من الموقف والبحث عن بديل يشعرنا بالسعادة. ولأننا نقبل إسطورة السعادة هذه بشدة فإننا

نفترض أن كل من حولنا قد وجدونها وأن كل جيراننا وأصدقائنا قد حصلوا على ما يبتغون.

لا يملك أحد السعادة على نحو متصل هكذا ، سواء كان من رجال الأعمال أو من القادة الروحيين أو حتى كانت فتاة عاملة ، فالجميع يحتاجون لإشباع نفس الرغبات والإحتياجات. ولكننا عادة ما نفتتبع بأن المشكلات التى تقابلنا فى مرحلة النضوج لابد وأن تعبر عن الضعف وعدم الإستقرار لأننا لا ندرك طبيعة وجود فترة للتكيف مع الحياة فى حياة كل منا. وهذا الشعور يجعلنا نخشى المكاشفة لإقتناعنا بحتمية وجود خطأ ما فينا. وهكذا نتعلم أن نرتدى قناع الإكتفاء ونبتعد شيئاً فشيئاً عن كل المواقف التى تساعدنا على النمو. إن مجرد التفكير فى السماح للآخرين بأن يعرفون بما يدور فى دواخلنا من شكوك وإضطرابات حتى ولو بغرض التعلم ، لهو أمر يملئنا بالرعب لدرجة تجعلنا نتجنب المواجهة بشتى الطرق والآليات الدفاعية للنفس. وتعتبر الصورة التى رسمتها "مارى تايلور مور" للأم فى فيلم "أناس عاديون" مثالا ممتازا للإنكار ، فبدلاً من مواجهة نفسها قد إختارت

الهروب بالإنفصال عن الزوج والإبن اللذان كانا يطلبان منها المواجهة الأمينة لمشاكلها. إن الخطأ فى مثل هذه الأفعال يكمن فى حقيقة إستحالة تركنا لمشاكلنا الداخلية خلف ظهورنا ، فقد نستطيع أن نغير من المظهر الخارجى إلا أن الداخل يبقى كما هو عليه دون تغيير. فإن عرفنا قيمة مشاركة الآخرين بما فى كياننا الداخلى لساعدنا ذلك كثيراً على الإستمرار فى النمو فى هذه المرحلة أيضاً. فوجود شخص واحد على الأقل كشريك الحياة أو صديق قريب يستطيع أن يشاركنا فى أفكارنا ومشاعرنا الخاصة فإن هذا أمر يوفر لنا الكثير من القوة والمعونة فى أوقات الشك وعدم اليقين. وقد ثبت أن النساء أقدر من الرجال فى تكوين مثل هذه العلاقات ، فقد نشرت إحدى الصحف مؤخراً سلسلة من المقالات عن حالة كبار السن فى سان بيرترزبرج بولاية فلوريدا حيث ذكرت فيها كيف أن الرجال يجلسون صامتين جنباً إلى جنب على نفس مقعد الحديقة لمدة ساعات دون أن يحاولون التحدث بعضهم مع البعض فى الوقت الذى تتحدث فيه النساء بلا إنقطاع. وبالطبع فإن هذا الحديث قد لا يتضمن بالضرورة على

مشاركات عميقة وصادقة إلا أنه بلا شك يدل على أن هناك نوعا من التفاهم والاتصال لازال موجودا.

لقد كانت الأجيال السابقة تتمتع بوحدة أسرية فريدة. فالأجداد والخالات والعمات وأبنائهم كانوا يعيشون جميعا فى نفس المنطقة ويمدون يد المعونة بعضهم لبعض. أما فى مجتمع اليوم والذى أصبحت فيه الأسر غير مستقرة معا فى مكان واحد بل كثيرة التنقل من مكان إلى آخر ، فإن هذا المجتمع لا يتيح فرصا مناسبة لنمو مثل هذه النماذج من التركيبات الأسرية. وقد عزا الشباب تورطهم فى جماعات البدع الدينية - كالموينيز ، وهارى كريشنا وغيرها - إلى إحتياجاتهم الأولى للمشاركة فى مجتمع متحد ومترابط، حسب تقرير أصدرته جامعة هارفرد عن أحدث أبحاثها الميدانية. ولاشك أن هذا الإحتياج يفرض نفسه على قلوب البشر بطريقة ملحة مشكلا تحديا حقيقيا لمجتمعاتنا الدينية والدينية اليوم.

يذكر الدكتور جيمس لينك - أستاذ علم النفس

بجامعة ميريلاند - فى كتابه "القلب المكسور"^١ كيف أن مشاركة الحياة مع الآخرين يمكن أن تؤثر حتى فى حياتنا وصحتنا البدنية. فعندما إستخدم الأجهزة التكنولوجية الحديثة لدراسة حالة ٣٠٠ شخص من مرضى الشريان التاجى إكتشف أن مجرد لمس المريض لقياس سرعة نبضه قد قضى على ظاهرة عدم إتساق ضربات القلب عند هؤلاء المرضى. كما واصل دكتور لينك أبحاثه فى وحدات العناية بمرضى القلب العديدة وجمع قدرا وفيرا من الحقائق التى أقنعتة بقيمة وأهمية مراقبة الآخرين فى المحافظة على أنفسنا فى صحة جيدة. وقد أوضح أن الإنعزال الإجتماعى والوحدة لفترات طويلة ، وأيضا فقد أحد الأحباء يعتبر سببا رئيسيا للموت المبكر فى أمريكا ويصفة خاصة لدى مرضى القلب ، ذلك المرض الذى يعتبر الأول فى لائحة الأمراض المسببة للوفاة بأمريكا حاليا.. فى كل عام يموت الملايين ، حرفيا بسبب القلب الكسير أو القلب الوحيد ..

(١) Basic books, Inc., New York, 1977

والعلاقات الإنسانية أهمية كبيرة لا ندركها إدراكا كاملا، فوسائل الإعلام المختلفة تذكرنا دائما بحاجتنا إلى النظم الغذائية وممارسة الرياضة وتذكرنا بأهمية الإمتناع عن التدخين وضرورة عمل الفحوصات الطبية المنتظمة ، لكنها نادرا ما تحذرننا من أن إخفاقنا في إقامة علاقات عميقة في فترة نضوجنا قد يؤثر على صحتنا تأثيرا سيئا للغاية ، بل على العكس من ذلك فإن كل ما نستمع إليه يقنعنا بأن نفعل أمورنا الخاصة وأن لا نربط أنفسنا بالآخرين إلا في حالات الضرورة القصوى.

ونحن في العادة نتجنب إقامة العلاقات مع الآخرين لأننا قد جرحنا يوما ما ، سواء بسبب زواج فاشل أو بسبب فقداننا لشريك الحياة بالموت. وحتى تعرضنا لإنهيار في الصداقة مع شخص قريب يمكن أن يؤدي بنا إلى أن نغلق الباب أمام أى علاقات حميمة وأن نحفظ بالآخرين على منأى من كياننا الداخلي. ونحن هنا وحين نقرر ألا ندع أى شخص يقترب منا هكذا مرة أخرى فإننا نضع كل العوائق والحواجز أمام الحب والحياة. وهذا بالطبع يخلق مشكلات وصعوبات عديدة ، ليس فقط في

علاقتنا الأرضية بل أيضا فى علاقتنا السماوية ، لأنه
"إن قال أحد إنى أحب الله وأبغض أخاه فهو كاذب. لأن
من لا يحب أخاه الذى أبصره كيف يقدر أن يحب الله الذى
لم يبصره." (١ يو ٤ : ٢٠). فمن الصعب علينا أن نفتح
قلوبنا لله عندما نكون غير قادرين أو غير راغبين فى
فتح قلوبنا للناس. لذا فنحن نحتاج أحيانا إلى لمسة يسوع
الشفافية لتريحنا من الآلام التى عانىناها من جراء
العلاقات المكسورة قبل أن نجرؤ على أن نكون مفتوحين
للآخرين مرة أخرى. كما أننا عادة ما نحتاج إلى محبة الله
الصافحة والغفورة لكى نغفر لأولئك الذين قد جرحوا
مشاعرنا عند محاولتنا الإقتراب منهم.

إن حياتنا كأشخاص بالغين قد تحوى العديد من
المواقف التى تسبب لنا الوحدة والألم والإحباط ، إذ لا
نشعر أن أحدا يفهمنا أو يفهم ما نعانيه وما نمر به من
تجارب. وقد نسمح لمثل هذه المواقف بأن تجعلنا نتحول
إلى أناس معتزلين غاضبين من الله ومن العالم لأجل
ظروفنا ، أو يمكننا أن نختار شيئا آخر وهو أن نكتشف
هبة الحياة الجديدة عندما نقدم كل الأشياء لله طالبين منه

أن يحول الألم إلى خير لنا. فكم من مرة طلب يسوع من تلاميذه أن يضعوا إيمانهم بالله وأن يتقوا فى أن الآب السماوى سوف يقف بجانبهم ويعينهم فى كل تجاربهم. ولأن كلمة "إيمان" تعنى حرفيا "الثقة" لذا فإنها تتضمن سموا فى الخضوع وفى الإفتتاح لمحضره إذ نضع نفوسنا البشرية بضعفاتها بين يديه.

إن الثقة أحيانا كثيرة ما تتعطل بسبب الإحباط فى إختياراتنا فى الزواج أو العمل فى مستهل حياتنا كأشخاص بالغين. فعندما نواجه أهدافا لم تتجز وأحلاما لم تتحقق تصاب أنفسنا بالإحباط والإكتئاب ، وهنا أتذكر أتنى قد صليت مع سيدة كانت تمر بوقت عصيب بسبب طلاقها وإنفصالها عن زوجها ، وهذا لأن الأبحاث الأخيرة قد برهنت على أن عامل الضغط فى الطلاق أكبر من عامل الضغط والألم فى حالة فقدان شريك الحياة بسبب الوفاة. لاشك أن كلا الموقفين يسببان حزنا وألما عميقين ، إلا أن الطلاق يودى إلى الإحساس بالفشل الشديد الذى يدمر صورة الإنسان فى نظر نفسه. ففى حالة هذه المرأة فشل الزواج بسبب خيانة الزوج حيث حكمت الكنيسة بإلغاء هذا

الزواج. إلا أنها لم تستطع أن تتغلب على الإحساس بالذنب إذ كانت دائما تتهم نفسها بمسئوليتها عن فشل هذا الزواج. وقد إحتاجت لشهور طويلة من الرعاية النفسية من أقاربها وأصدقائها قبل أن تتمكن من أن تسامح نفسها وأن تشعر أنها قد صارت محبوبة مرة أخرى. وهكذا نرى أن محبة الآخرين ومعونتهم التى تسمح للشخص الحزين بالتعبير عن مشاعر الوحدة والألم تساهم مساهمة كبيرة فى عملية الشفاء. ومع ذلك كثيرا ما ينفذ صبرنا مع أنفسنا ومع الآخرين عندما نجدنا نحرز تقدما بطيئا فى قدرتنا على التغلب على الأحزان ، ناسين أن الشفاء هو عملية مركبة تتداخل بها عوامل كثيرة. لقد وعد السيد المسيح بأن "يعزى النائحين" ، ولكن القلوب التى أوجعها الحزن تحتاج إلى بعض الوقت حتى تستطيع أن تتمتع بالسلام.

فى وقت من الأوقات صليت مع أشخاص يعانون من مشاعر الحزن لفقدانهم لوظائفهم ، إذ أن هذا الموقف يحمل إحساسا بالفراغ وعدم القيمة. وأحد هؤلاء الأشخاص عجز تماما عن البحث عن عمل جديد بسبب إكتتابه الشديد بعد فصله من العمل ، ولم تستطع سوى

نعمة الله أن تمنحه الشجاعة المطلوبة للتغلب على مخاوفه
كيما يبدأ من جديد. وفى وقت لاحق وجد وظيفة أكثر
ملائمة لمواهبه من وظيفته تلك الأولى.

أيضا مشاعر الخسارة المقترنة بإستقلال الأبناء
هى مثار آخر لإهتمام أشخاص كثيرين. فجزء كبير من
حياة الوالدين يدور حول العناية المستمرة بأطفالهم
وإنهاء هذه المسئولية رغم أنها قد تخفف شيئا من
الضغوط إلا أنها توجد نوعا من الإحساس بالفراغ.
فالوالدين يشعرون بأن حياتهم قد صارت بلا معنى وبلا
أهمية بل وأنهم قد أصبحوا غير نافعين وغير لازمين لأى
من البشر فيما بعد. وأنا شخصيا قد مررت بهذا الإحساس
وبهذه التجربة فى السنوات القليلة الماضية حين إنتقل
ثلاثة من أبنائنا إلى مساكنهم الخاصة ، فواحد قد سافر
بعيدا ليلتحق بإحدى الكليات والآخران قد أنهيا دراستهما
وإنطلقا لبحثا عن مستقبلهما. وبالرغم من أن حياتى
ملئية بالنشاط والعمل إلا أننى وجدت صعوبة فى أن
أحقق أى إحساس بالنفع والفائدة بعيدا عن دورى كأم ،
فالعناية بأولادى الخمسة قد جلب لى الفرح والسعادة أكثر

من أى إنجاز آخر قمت به. وإنى أشعر بالإمتنان لأنهم حافظوا على إتصال دائم ووثيق بنا.

وقد عملنا أنا وزوجى على أن نستثمر فترة الانفصال هذه عن أولادنا لنعيد إكتشاف عواطفنا ولنحاول أن نفهم هذه المرحلة من زواجنا. وقد قضينا وقتا طويلا فى الصلاة والإستماع للرب ولبعضنا البعض أيضا حين وقع نظرنا على لوحة معلقة على حائط غرفة المعيشة كانت قد أهديت إلينا حين بدأ صغارنا يغادرون العش ، وقد عزتتا كلماتها كثيرا إذ تقول: "هناك شيئين دائمين يمكننا أن نورثهما لأطفالنا ، الشئ الأول هو الجذور والثانى هو الأجنحة". أما الجذور فهى أمر سهل ، وأما الأجنحة فهى موضوع التحدى.

كلنا مررنا بفترات شعرنا فيها بخيبة الأمل عندما لم يتحقق أحد أحلامنا أو حين لم نستطع أن ننجز هدفا وضعناه أمامنا. ونحن يمكننا إما أن نترك مثل هذا الأمر ليجعلنا نهجر ونترك كل الجهود للنمو الشخصى والعائلى والإجتماعى ، أو أن نوجه أنظارنا إلى الله ونطلب منه القوة والتشجيع لكى نواصل المسير. إن مشاكل وأزمات

مرحلة النضوج إنما تعلمنا أن نتعايش مع حقيقة عدم كمالنا بل وتعلمنا ألا نضع آمالا غير واقعية على شريك حياتنا أو أطفالنا أو أصدقائنا. فالحب يحمل دائما خطر الألم بين طياته ، إذ أن الله وحده هو القادر على أن يحبنا حبا كاملا.

لقد إستمتعت مؤخرا إلى حديث تليفزيونى يقول فيه المحاور "قيل دونهو" أن هناك ثلاث مراحل للإلتزام. فهناك المرحلة المرحية والبسيطة حيث تذهب فيها قائلنا: "إنى أحب أن أفعل ذلك." ، وهناك المرحلة الثانية حين تصبح غير متسامحا مع أي إنسان لا يتفق معك. ثم تأتى المرحلة الثالثة أخيرا حين تدرك فجأة أنه ليس بيديك الكثير لتفعله ، وهذا هو الطور الذى يصنع فيه القديسون ، الأناس الذين يتمسكون بهذا المستوى رغم ما به من صراع.

إننا فى حاجة لأن نطلب من يسوع أن يمنحنا نعمة الرجاء بسكيب جديد للنعمة فى حياتنا حتى نستطيع أن نواجه تحديات اليأس وفقدان الأمل الذى يصيب حياتنا بالشلل فى بعض الأحيان. فإنه كثيرا ما يسهل علينا أن

نسقط وأن نستسلم لظلام اليأس بدلا من أن نسمح لله بامتلاك حياتنا لكي يجعلها تسير وتتأغم مع خطته لنا ، ولذلك فإننا لن نستطيع أن نواجه ضغوط العالم اليوم إلا إذا سمحنا للروح القدس أن يمنحنا الرجاء والأمل والتشجيع المستمر. فمن خلال قضائنا وقتا هادئا مع كل يوم وإنصاتنا لصوته الهادئ الخفيف يمكننا فقط رؤية العالم من خلال عينيه بدلا من تصوراتنا القاصرة والمحدودة. "فإننا ننظر الآن في مرآة في لغز لكن حينئذ وجهها لوجه. الآن أعرف بعض المعرفة لكن حينئذ سأعرف كما عرفت." (١ كو ١٣ : ١٢)

إن السير مع يسوع في مراحل العمر المختلفة يعيننا على تخطي العوائق التي تمنعنا من إمتلاك الحياة الجديدة التي وعدنا بالحصول عليها في كلمة الله. والمسيح يسوع لم يخدعنا بوعود تجعلنا نعتقد أن الحياة ستكون سهلة ومريحة ولكنه قال أننا يجب أن نتوقع الضيق وأن نحمل صليتنا كما فعل هو ، وهو وعد بأنه سيكون معنا ليمنحنا الحب والعون حين نطلب منه ذلك. فإن مسئوليتنا هي الطلب وقرع الباب وأما هو فعليه الإستجابة لطلباتنا.

صلاة:

أيها الرب يسوع المسيح ، إنى أسألك أن تبارك
تلك الفترات من حياتى البالغة والتي تحتاج إلى تغيير كيما
أستطيع أن أعكس وجودك فى حياتى فى كل ما تمتد
إليه يدي. إمنحني نعمة الإيمان لكى أؤمن بأنك تدرك كل
شئ فى كيانى. ساعدنى لكى أستطيع أن أثق بك وأتضمنك
على حياتى إذ أنك "قصة مرضوضة لا تقصف وفتيلة
خامدة لا تطفئ". (أش ٤٢ : ٣)

سيدي لقد مررت بفترات ألم فى مرحلة
النضوج جعلت من الصعب على أحيانا أن أكون منفتحا
مع الآخرين بل ومعك أيضا. قد يكون هناك زواج
فاشل تركنى متألما أو يكون فقدانى لشخص عزيز لى
قد سبب لى الحزن الشديد ، وربما إنهاء صداقة ما قد
أشعرنى بالوحدة ، أو انفصال أطفالى عنى قد
أشعرنى بالفراغ.

من فضلك يا يسوع إمس قلبى الكسير بمحبة
قلبك المقدس وإعطنى قلبا جديدا لأننى إذا ما أتيت إليك

بأحمالي الثقيلة فإنك سوف تريحني، إذ أن نيرك هين
وحملك خفيف (مت ١١ : ٣٠). إنني أعترف بأنني متقل
بالمسئوليات والضغط في حياتي اليومية ، فمن فضلك
أعطني القدرة أن أضع كل حياتي الحاضرة والمستقبل
بين يديك الحانيتين.

يا إلهي إن المعاناة قد سمحت للشك وسوء الظن
أن يتسلا إلى عقلي وفكري حتى شعرت باليأس وفقدان
الأمل والحزن ، فصرت عاجزا عن رؤية العالم من خلال
عينيك ، هبني أن أصدق الحقيقة المدونة في كلمتك
المقدسة.. "لإني هأنذا خالق سموات جديدة وأرضا جديدة
فلا تذكر الأولى ولا تخطر على بال ، بل إفرحوا
وايتهجوا إلى الأبد في ما أنا خالق."

(أش ٦٥ : ١٧، ١٨)

سيدي إمنحني فيضا من الأمل والرجاء لكي
أؤمن حتى وإن لم أشاهد بعيني الدليل ، بأنك تقدم
الخير لي.

ربى يسوع إن الكثير من أحلامى وطموحاتى لم
تتحقق كليا ولا حتى جزئيا ولكنى أدرك عبث العيش فى
الماضى وعدم جدوى أحلام اليقظة عن المستقبل ،
فأرجوك يا إلهى أن تساعدنى على الإهتمام باللحظة
والوقت الحاضر. إنى أريد أن أرى يديك فى الحزن كما
فى الفرح لأنى أؤمن بأنك تستطيع أن تحول أشد المواقف
ألما إلى خير لى.

أعطنى القوة والشجاعة لكى أتاير فى أن أكون
سراج مضئ لك مهما إن كان الضوء الذى يعطيه ضئيلا،
فإنى أعرف أن الآب السماوى يرى كل ما يعمل فى
الخفاء ولا تغيب عنه صلاة قلبية أو عمل أمين. فإن أى
شمعة صغيرة تضيف شيئا من النور إلى هذا العالم وتجعل
ملكوت الله قريبا.

إنى أعلم يا سيدى أن نمو وتطور كيانى الداخلى
هو عملية تحتاج إلى وقتا وصبرا وإنفتاحا لحضورك ، لذا
فإنى أشكرك من أجل كل الطرق التى بها يساعدنى حبك
على النمو حتى يمكن للمسيح أن "يحل بالإيمان فى قلبى"
عندئذ "أتأسس وأتواصل فى المحبة" فأستطيع مع باقى

القديسين أن "أدرك ما هو العرض والطول والعمق والعلو"
وأن أعرف "محبة المسيح الفائقة المعرفة" لأمتلئ "إلى كل
ملء الله". (أف ٣ : ١٧ - ١٩)

أمين

خاتمة

قال دكتور ألبرت شويترز فى خطابه الإفتتاحى الذى القاه بإحدى جامعاتنا الأمريكية منذ عدة سنوات: "إنى لا أعرف ما سوف تكون عليه حياتكم فى المستقبل ولكنى أعرف وأثق فى شيئاً واحداً ، وهو أن من سيتمتعون بالسعادة منكم هم أولئك الذين يبحثون ويجدون الفرص لخدمة الآخرين.

وإنى أود هنا أن أعيد مقولة د. شويترز بطريقة أخرى تتلائم مع موضوع الشفاء الداخلى فأقول: "إنى لا أعرف كم عدد القراء الذين سيختبرون الحرية الجديدة من خلال حب يسوع الشافى ، ولكنى أعرف أن الذين سحتفظون بالتقدم المتصل والمستمر هم فقط أولئك الذين يبحثون ويجدون الفرص لخدمة الآخرين."

فإذا بقينا منحصرين فى التفكير فى أنفسنا وفى أهدافنا فأحصى درجة حزارتنا "النفسية" وضغط الدم

"الروحى" لدينا ، فإننا لن نضمن أبدا سلام العقل والقلب ،
فإن الطريق الوحيد للإحتفاظ بحب يسوع هو أن نقدم هذا
الحب للآخرين. فإن محاولة إكتشافنا للوسائل التى بها
نخفف آلام الآخرين من حولنا إنما يأتى ببركات كثيرة
لحياتنا ويجعلنا ثابتين فى مشيئة الله.

لقد غسل السيد المسيح أرجل تلاميذه قائلا لهم:
"لأنى أعطيتكم مثالا حتى كما صنعت أنا بكم تصنعون أنتم
أيضا." (يو ١٣ : ١٥) ولذلك فإن تعلمنا لأن نصير
غاسلى أرجل هو أمر نافع وهام جدا لحياتنا الروحية تماما
كما كان لحياة الرسل. فإننا لن نستطيع أن ننمو إن لم نتعلم
كيف نخدم.

وطرق الخدمة كثيرة ومتنوعة ، فبينما نحن نسير
فى طرق الرب فإنه سوف يعلمنا كيف نحمل نوره
إلى العالم. قد لا يرى العالم أعمال الرحمة التى نعملها أو
يعترف بها، ولكن آيات السماوى الذى يرى كل ما يعمل
فى الخفاء سوف يجازينا (مت ٦ : ٤). ليس الأمر الهام
هو حجم ما نقوم به من أعمال ، وإنما الدوافع التى تقع
خلف هذه الأعمال هى التى تحدد قيمتها. أن تعمل على

تعزية الحزانى أو أن تصغى لطفل مجروح ، أن تزور
المسنين في وحدتهم أو أن تعتنى بالمرضى فهذه كلها
طرق بها نموت عن ذواتنا في إهتمامنا بالآخرين.

إذا فعلنا هذا فإننا سوف نجد كيانتنا الداخلى حقاً ... فى
يسوع.

ملحق

شواهد كتابية نافعة للتأمل في موضوع الشفاء الداخلي

العهد القديم:

مزمور ٥١	غفران الخطيئة
مزمور ١٠٣	الله محبة
مزمور ١٣٩	مزمور الشفاء الداخلي
أشعيا ٤١ : ٨ - ١٣	الثقة في الله
أشعيا ٤٣ : ١ - ٧	محبة الآب
أشعيا ٤٩ : ١٤ - ١٦	عناية الله الحانية
أشعيا ٥٣ : ١ - ٥	الخادم المتألم
أشعيا ٥٧ : ١٤ - ١٩	وعد الشفاء

أشعيا ٦٢ : ١ - ٥ الآب يخطبنا لنفسه

أرميا ٣١ : ٣١ العهد الجديد

حزقيال ٦٣ : ٢٤ - ٢٨ وعد الحياة الجديدة

هوشع ١١ : ١ - ٤ لمسة الآب

صفنيا ٣ : ١١ - ٢٠ فرح الآب

العهد الجديد:

متى ١١ : ٢٨ - ٣٠	التحرر من الأتقال
مرقس ١٠ : ١٣ - ١٦	أن نصير مثل الأطفال
لوقا ٤ : ١٨	إرسالية يسوع
لوقا ١١ : ٩ - ١٣	الصلاة المقتدرة
يوحنا ٥ : ٢٤	وعد الحياة الأبدية
يوحنا ١٤ : ٢٧	هبة السلام
يوحنا ١٥ : ١٥	صداقة يسوع
رومية ٨ : ١٤ - ١٧	أبناء للآب
رومية ٨ : ٣٨ - ٣٩	حماية الله
١ بطرس ٢ : ٩	كهنوت المؤمنين
الرؤيا ٢١ : ١ - ٨	أورشليم السماوية

عزيزي القارئ

لعلك استمتعت بقراءة هذا الكتاب ونحن نرحب بأسئلتك وإستفساراتك، كما نرحب أيضاً بأي خدمة نستطيع أن نقدمها لك من خلال خدمة المشورة والشفاء الداخلي.

العنوان :

كنيسة الله

٨ ش يوسف بك عيروض - جزيرة بدران ،

شبرا مصر ، القاهرة ،

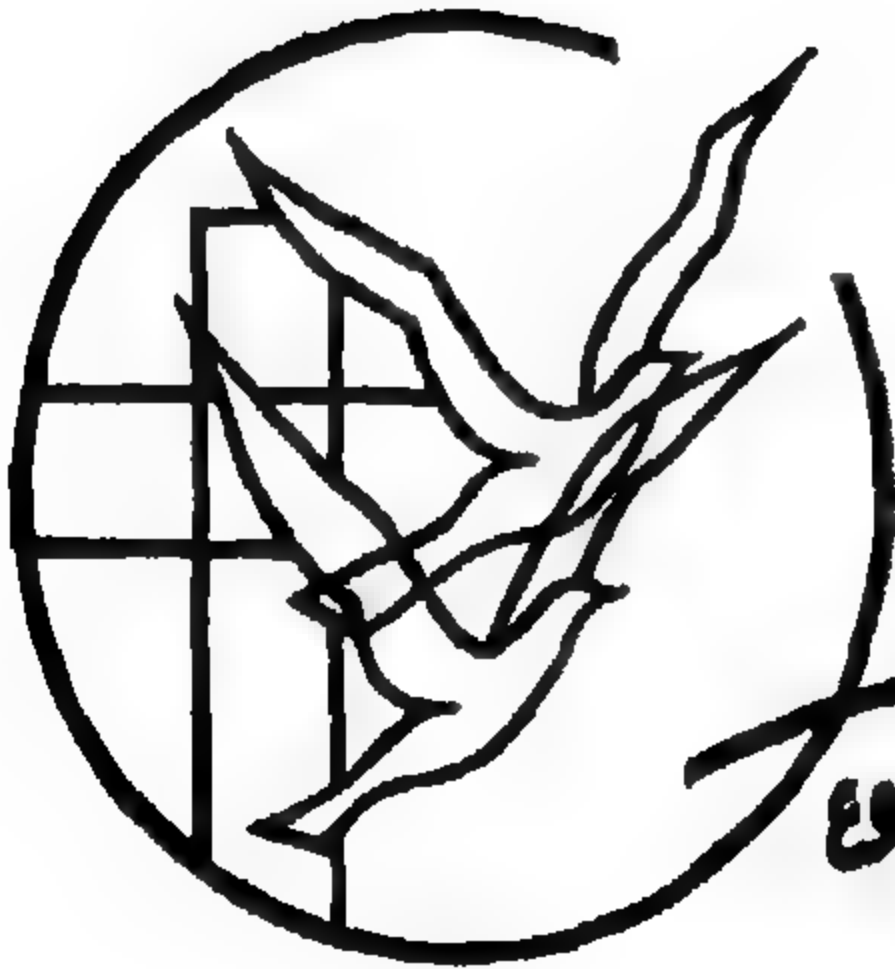
جمهورية مصر العربية .

ت: ٢٠٢/٥٧٨٩٧٤١

فاكس: ٢٠٢/٣٥٣٦٣٧٧

خدمة المشورة والشفاء الداخلي

لكي نحضر كل إنسان كاملاً في المسيح يسوع
(كو ١: ٢٨)



إصدارات مكتبة المنار

- ١ - هل حقاً تكلم الله
- ٢ - جوني
- ٣ - انهض وحارب
- ٤ - لكي أربح
- ٥ - العلاقة الحميمة مع الله
- ٦ - رحلة في دروب الحياة
- ٧ - أعماق نفسي
- ٨ - ترس الصلاة
- ٩ - لمسة رحمة لعالم جريح
- ١٠ - نسل إبراهيم (الجزء الأول - العائلة)
- ١١ - الحرب الروحية
- ١٢ - روعة الحياة بالإيمان
- ١٣ - نسل إبراهيم (الجزء الثاني - مولد أمه)
- ١٤ - يشفي نفسي
- ١٥ - القيادة - "خدمة وعلم وتخطيط ومواجهة"

- ما هو الشفاء الداخلي؟
- هل يحتاج كل شخص إلى نوع ما من الشفاء الداخلي
- أليس الإيمان بيسوع المسيح كافياً لتسديد تلك الاحتياجات الداخلية؟

إن هذا الكتاب يجيب على هذه الأسئلة وأكثر منها مما يدور في أذهاننا جميعاً بخصوص موضوع

الشفاء الداخلي....

ويتناول كل فصل من فصول هذا الكتاب مرحلة معينة من العمر بدأ بفترة التكون ونحن بعد أجنة في بطون أمهاتنا، وفي تطور حتى مرحلة النضوج، ويحتوى كل فصل على شرح سريع للمشاكل التى يمكن أن يواجهها المرء فى تلك المرحلة العمرية، بالإضافة إلى صلاة تأملية تمكّنك عزيزى القارئ من أن تفتح قلبك وذهنك لهذا النوع من الشفاء....



مكتبة المنار
Lighthouse Book Center

إن هذا الكتاب هو تحفة فريدة صاغتها الكاتبة برشاقة ما بين الأسلوب العلمي على ضوء خبرتها المهنية العريضة فى المجال الطبى، وما بين الأسلوب الروحى العميق كخادمة ومتكلمة مسيحية معروفة بالفهم الأمريكى.

وقد وفق

المترجم
ينقل
صورة
وجمياً
مع ثنى
واحدة
المختل

Bibliotheca Alexandrina



0300504

٣ جنيه